HYGIÈNE DES FEMMES,

OU

PRÉCEPTES DE SANTÉ,

A LEUR USAGE,

DANS LA VIE PRIVÉE;

PAR A. DELACOUX, D. M. P.
AUTEUR DE L'ÉDUCATION SANITAIRE DES ENFANS.

PARIS,
AUDIN, LIBRAIRE, QUAI DES AUGUSTINS, N° 25.
CREVOT, RUE DU BAC, N° 2.

1829.



HYGIÈNE

DES

FEMMES.



HYGIÈNE DES FEMMES,

OU

PRÉCEPTES DE SANTÉ,

A LEUR USAGE,

DANS LA VIE PRIVÉE;

PAR A. DELACOUX, D. M. P.

AUTEUR DE L'ÉDUCATION SANITAIRE DES ENFANS.

PARIS,

AUDIN, LIBRAIRE, QUAI DES AUGUSTINS, N° 25.

CREVOT, RUE DU BAC, N° 2.

1829.



IMPRIMERIE DE A. HENRY,
RUE GÎT-LE-CŒUR, N° 8.

INTRODUCTION.

Depuis que l'observation et l'expérience président à l'étude des sciences, on a senti combien les généralités étaient peu favorables à l'instruction ; et combien au contraire on pourrait espérer d'avantages des spécialités. Intéresser personnellement est le meilleur moyen, la marche la plus naturelle et la plus sûre pour arriver au but qu'on se propose. Une autre manière de procéder ne peut qu'entraver les connaissances qui doivent apparte-

nir à l'universalité des individus. Or, comme la santé, objet de ces connaissances, ne dérive point des mêmes raisons, il est donc besoin de règles et de préceptes à part, qui puissent s'adapter spécialement aux conditions qu'ils intéressent.

Si les diverses périodes de la vie réclament de l'hygiène des applications relatives, l'un et l'autre sexe en exigent toujours de spéciales et souvent d'exclusives. Une organisation propre, des fonctions particulières, une destination différente doivent nécessairement placer ces individus sous des influences respectives. Examiner celles qui appartiennent à la femme, tel est le but que nous nous sommes proposé en composant cet opuscule.

Quoique beaucoup d'ouvrages, mé-

me de date récente, aient été composés à l'intention des femmes, aucun, à notre avis, ne paraît avoir atteint sa véritable destination. Partout les préceptes et les règles qui auraient dû en faire la base, semblent avoir été sacrifiés à des considérations scientifiques sans intérêt réel, ou à des théories vaines et inutiles à l'objet essentiel. Quand il s'agit d'hygiène privée, ce n'est point la science qu'il faut interroger pour dire des choses utiles à ceux qui sont intéressés à les connaître personnellement ; ce sont les individus mêmes qui doivent nous instruire des circonstances particulières au milieu desquelles ils vivent.

Guidés uniquement par l'observation, nous n'avons envisagé la femme que sous le point de vue sanitaire, dans

ses diverses conditions ; nous l'avons suivie dans ses habitudes particulières, depuis le premier âge jusqu'à cette époque où elle cesse d'appartenir à son sexe, quant aux fonctions spéciales et exclusives qui lui avaient été départies ; aussi notre ouvrage, autant par la forme que par le fond, ne ressemble en rien à ceux qui ont été écrits sur cette matière. Après avoir lu et compulsé tout ce qui mérite de l'être, nous sommes resté convaincu qu'en réunissant même les matériaux les plus précieux que nous ont préparés nos devanciers, on ne pourrait encore en composer qu'un édifice fort imparfait.

En écrivant uniquement pour les femmes, voulant leur donner un traité d'hygiène à leur usage propre, il valait beaucoup mieux, ce nous semble,

les consulter elles-mêmes dans les diverses situations de la vie et dans leurs habitudes particulières, que de se livrer aux théories scientifiques et aux spéculations de doctrine. Cette manière de procéder, qui nous a paru la meilleure, nous a pour ainsi dire, tracé le plan que nous devrions suivre dans l'examen de notre sujet. Ce plan est donc tout-à-fait conforme à l'ordre successif des situations naturelles, domestiques et sociales de la femme.

Dans une première partie, nous avons considéré sa santé dans ses rapports avec son sexe; en traitant successivement dans autant de chapitres séparés, 1° des soins et des attentions qui sont dus aux petites et aux jeunes filles; 2° de la puberté et de la menstruation; 3° du mariage et du célibat; 4° de la

grossesse et de l'accouchement ; 5° de l'allaitement ; 6° de l'époque critique et de l'âge de retour.

Les considérations qui se déduisent de toutes ces conditions physiologiques, sont trop nombreuses pour avoir pu trouver place dans cet opuscule. Mais, en raison de l'état passif du premier âge de la vie, et en raison de cette innocence de la première jeunesse, nous avons dû entrer dans des explications qui pussent éclairer les personnes qui sont appelées à protéger l'un et à instruire l'autre. Comme cette révolution importante, qui s'opère chez la femme à l'âge nubile, règle pour toujours sa constitution physique, il était indispensable d'examiner les circonstances qui la précèdent, l'accompagnent et la suivent. Aussi reconnaîtra-t-on que notre deuxième chapitre n'a rien de commun

avec tout ce qui a été dit jusqu'alors sur la puberté et la menstruation.

Dans une deuxième partie, nous avons envisagé la femme comme individu soumis à tous les besoins de la vie et à ceux de l'ordre social, 1° le régime diététique; 2° l'éducation; 3° les professions; 4° les habitudes et les occupations domestiques; 5° les vêtemens et les modes; 6° et la propreté, ayant été examinés sous le point de vue sanitaire, seront l'objet d'autant de chapitres séparés.

Arrêté par les limites étroites de notre plan, nous n'avons pu donner à ce travail toute l'étendue dont il était susceptible. Ayant voulu embrasser tout ce qui comprend le titre de ce livre, presque toujours il a fallu suppléer

aux développemens par la plus simple expression, en cherchant à unir la clarté à la concision, et à négliger les généralités pour les précisions. Nous avons voulu enfin que celles qui nous liront puissent nous concevoir et nous entendre : puissions-nous avoir atteint ce but.

HYGIÈNE

DES

FEMMES.

PREMIÈRE PARTIE.

CHAPITRE PREMIER.

DES SOINS QU'EXIGENT LES PETITES ET LES JEUNES FILLES.

PENDANT les premières années de la vie, les enfans n'exigent pour ainsi dire que des soins généraux qu'ils partagent en commun :

la nourriture, la propreté, et toute l'éducation physique, sont à peu près les mêmes pour tous. Avec le développement des caractères propres aux sexes, non-seulement des différences respectives de plus en plus évidentes s'établissent, mais aussi naissent des besoins particuliers qui constituent une manière d'être tout-à-fait distincte, quand les individus sont parvenus à l'âge de puberté. Jusqu'alors cependant, les petites et les jeunes filles réclament des attentions spéciales de la part des personnes auxquelles leur éducation est confiée. A un âge tendre et chez un sexe délicat, les incuries peuvent avoir des conséquences graves, soit en entravant la marche de la nature, soit en portant atteinte directement ou indirectement à la santé.

C'est surtout aux nourrices et aux mères que s'adressent les réflexions qui vont suivre, touchant les soins de propreté que réclament les enfans du sexe féminin; soins qui, à tous égards, doivent être plus minu-

tieux que pour le sexe masculin. La conformation des parties sexuelles chez les premières en fait pour ainsi dire une sorte de réceptacle, où la malpropreté s'engendre et séjourne, où la présence des matières excrémentielles, en raison de la délicatesse des organes, peut déterminer des maladies d'autant plus difficiles à guérir, que les causes sont presque permanentes. La position habituelle des enfans au berceau, l'appareil gênant du maillot, qui tient constamment les cuisses rapprochées, sont autant de circonstances qui ajoutent à l'action pernicieuse des urines et des déjections. Les unes ne pouvant s'échapper librement, se répandent en nape à l'intérieur et à l'extérieur des parties génitales, tandis que les autres s'insinuent dans ces mêmes parties. Naturellement irritantes, ces matières excrémentielles ont bientôt rubéfié, excorié les surfaces sur lesquelles elles séjournent, si les soins que réclament les enfans au berceau ne sont point habilement administrés.

Chez les petites filles, les parties sexuelles secrétent habituellement un segma blanc, irritant, dont le séjour prolongé, favorisé par la position couchée des enfans, peut occasioner des écoulemens muqueux, des espèces de fleurs blanches, et déterminer même des ulcérations difficiles à guérir. C'est surtout derrière la commissure postérieure des grandes lèvres que s'accumule ce segma, retenu par une espèce de bride qui laisse intérieurement une petite cavité appelée *fosse naviculaire*.

Pour prévenir les échauffemens, les écoulemens muqueux, même les excoriations et les ulcérations, auxquels les enfans du sexe féminin au maillot sont plus sujets, une propreté minutieuse est donc souvent indispensable. Nous devons observer ici que les nourrices stipendiées et les mères ignorantes n'apportent point l'attention ni la délicatesse si nécessaires dans l'administration des soins de cette nature. En admettant que les enfans soient changés aussi souvent qu'il

en est besoin, la plupart des nourrices se bornent à essuyer les parties salies avec des linges secs et durs; mais rarement elles ont recours à des lotions tièdes, souvent indispensables pour détacher les matières qui adhèrent. Quoique les lotions ne deviennent point nécessaires à chaque pansement, toujours est-il qu'il convient de nettoyer les surfaces où les excrémens ont séjourné, à l'aide d'un linge imbibé.

Pour le nétoiement des enfans, notamment des petites filles, nous ne saurions trop recommander aux mères et aux nourrices de préférer les tissus de lin et de chanvre aux éponges; car ce n'est point sans pitié que nous les voyons quelquefois porter, dans l'intérieur des parties génitales, de grosses éponges rudes, et faire souvent plus de mal par ces manœuvres inhabiles, que n'en ferait la malpropreté. Ces corps, garnis d'aspérités, doivent non-seulement causer de la douleur, mais souvent excorier des surfaces aussi délicates et presque ha-

bituellement dans un état de rubéfaction. Les éponges ne sont bonnes, tout au plus, que pour les surfaces extérieures ou pour pratiquer des lotions et des douches.

Comme on ne peut point, sans quelque violence, introduire l'éponge ou un linge dans l'intérieur des parties génitales, et que les liquides sous forme de douche ne sauraient pénétrer dans tous les replis de la muqueuse, nous proposons de faire usage alors d'une petite seringue à injection, au moyen de laquelle on peut porter sur tous les points un jet d'eau et nétoyer facilement l'enfant sans lui occasioner de souffrances. Ces injections faites de tems à autre, préviennent les échauffemens et même deviennent utiles quand il y a de la rougeur et de la phlogose.

On ne saurait trop s'élever contre certaines pratiques que perpétuent indéfiniment la routine et l'ignorance ; ici nous voulons parler de l'usage de la vermoulure que les nourrices emploient pour tous les enfans.

Si ce moyen, dont le but est de prévenir les échauffemens, est innocent et sans action en général, il n'est point sans inconvénient à l'égard des petites filles. Cette substance pulvérulente s'insinuant facilement dans les parties génitales, s'y pelotonne et se gonfle à l'aide de l'humidité, et irrite les surfaces sur lesquelles elle séjourne. Pour protéger les parties délicates des petites filles contre l'action irritante des évacuations naturelles, il convient mieux, après les avoir lotionnées avec l'eau tiède et essuyées avec un linge sec, de les oindre avec quelque pommade adoucissante; celle de concombre, par exemple, ou tout simplement avec un peu d'huile d'olives, et d'user de cette précaution toutes les fois qu'il y a de la rougeur, c'est-à-dire, pendant tout le tems du maillot.

Aussitôt que les enfans commencent à marcher, toutes ces attentions deviennent moins nécessaires: avertis de leurs besoins,

nous les accoutumons à y satisfaire dans certaines postures, plus favorables à la propreté. Toujours est-il, cependant, que chez les petites filles les parties de la génération étant le siége d'une sécrétion permanente, ces soins de la part d'une mère ou d'une gouvernante deviennent plus indispensables. Nous voyons souvent des enfans de cinq, six ou sept ans, avoir de véritables écoulemens leucorrhéiques (*fleurs blanches*), occasionés par l'irritation locale que détermine le séjour du segma épais dont nous avons déjà parlé. Dans ce moment nous voyons une petite fille qui a un de ces écoulemens, si abondant, que sa mère n'ose croire à la bénignité de cette incommodité.

Ces écoulemens leucorrhéiques ne sont point les seuls accidens à craindre du défaut de propreté. Mais la présence de matières irritantes peut, en déterminant un prurit incommode, solliciter l'enfant à des attouchemens, d'autant plus à redouter,

qu'ils peuvent dégénérer en habitude, toujours funeste dans ses conséquences (1).

Sans affirmer si cette fâcheuse habitude reconnaît pour cause première quelque défaut de soins de propreté, toujours est-il que les petites filles qui, à notre connaissance, les ont contractées, appartiennent particulièrement à des parens qui semblent ne point apporter dans l'éducation de leurs enfans, toute l'attention et les soins que réclame le jeune âge.

Les limites de notre plan ne nous permettent point d'entrer dans toutes les considérations qui sont du domaine de l'hygiène des petites filles; mais ce qui nous reste à dire touchant celles qui sortent de l'enfance, peut trouver son application en tems et lieu.

Outre les préceptes généraux d'hygiène

---

(1) Éducation sanit. des Enfans; art. Habitudes vicieuses.

qui sont de tous les âges et de tous les sexes, il en est qui regardent spécialement les jeunes filles, et qu'il ne faut point perdre de vue, puisqu'ils ont pour objet, non-seulement la conservation de la santé, mais encore de fournir au sexe le plus faible les moyens d'acquitter les obligations importantes auxquelles il est appelé. On ne peut se refuser à admettre que le régime diététique et l'éducation physique aient la plus grande influence sur la constitution des individus en général, mais cette influence est beaucoup plus évidente encore chez les femmes. Il semblerait que le tempérament primordial est susceptible de modifications plus grandes chez ce sexe que chez l'autre : pour se convaincre de la vérité de cette assertion, il suffit de jeter un coup d'œil sur les nations, les contrées, les localités et sur les diverses conditions de la société ; partout nous trouverons plus de différence de femme à femme que d'homme à homme. Ces différences tirent principale-

ment leurs causes, du régime et de la nature des élémens, des coutumes et des usages domestiques.

En raison de leur constitution éminemment nerveuse, les jeunes filles ne sauraient participer sans danger à toutes les habitudes de la vie domestique. Nous devons blâmer surtout les parens qui soumettent leurs enfans, dès l'âge le plus tendre, à leur manière de vivre, et qui, par une condescendance puérile, ne savent contrarier ni leurs caprices ni leurs goûts fugaces. Nous demandons si l'usage des boissons, telles que le thé, le café, peut s'accommoder à des constitutions délicates et irritables, et si c'est sans inconvéniens qu'on peut donner des liqueurs fortes et spiritueuses à des êtres dont la première nourriture a des qualités si opposées à celle dont les adultes seuls peuvent faire usage impunément. C'est surtout aux jeunes filles que les boissons stimulantes sont pernicieuses : car, si nous remarquons les personnes qui, dès l'aurore et

au printems de leur vie, ont été soumises au régime diététique, suivi et adopté par les classes opulentes de la société, il sera facile de reconnaître que le tempérament nerveux prédomine essentiellement chez elles, tandis que les systèmes de la locomotion sont, au contraire, peu développés. De là, une grande irritabilité, une foule d'indispositions insolites, à l'égard desquelles la médecine est si souvent impuissante. Depuis que l'usage du café et du thé est devenu universel dans les grandes villes, il y a beaucoup plus de maladies que précédemment; aussi voyons-nous nos merveilleuses, au teint pâle, sans cesse tourmentées par des spasmes nerveux, que ne connaissent point celles qui n'ont que les moyens de satisfaire aux besoins essentiels de la vie. Nous voudrions donc que les boissons théiformes, aussi bien que les liqueurs spiritueuses, fussent entièrement interdites aux jeunes filles. Sous ce rapport, le régime des pensionnats a un grand avantage, c'est que, non-seu-

lement toutes les boissons excitantes et stimulantes en sont proscrites, mais même que toute chose inutile en est retranchée.

Sur l'influence pernicieuse des modes, on a déjà beaucoup écrit ; mais sur ce point les observations les plus judicieuses et la froide raison ne triompheront jamais de l'inconstance des goûts et du besoin de plaire. Comment concevoir cependant que ce que fait la nature ne soit jamais bien, puisque nous voulons retrancher ou ajouter à son ouvrage, ou bien l'arrêter d'un côté pour la favoriser de l'autre. Où l'art de plaire est nécessaire, de tous les génies, celui des modes est le plus inventif, non point pour imiter simplement la belle nature ni pour corriger ses défauts, mais pour l'exagérer, la contrarier et l'arrêter dans sa marche. De bonne heure on inculque à la jeune fille le désir et le besoin de plaire ; encore au berceau sa mère rêve au mode d'éducation le plus propre à développer les formes les plus

gracieuses et les manières les plus élégantes.

Comme la taille svelte est estimée le type du beau conventionnel, et qu'elle paraît d'autant plus belle qu'elle est plus disproportionnée au reste du corps, on ne manque jamais, pour arriver à ce but, de serrer de bonne heure les jeunes filles dans des corsets. Signaler les inconvéniens et même les dangers des corsets, n'est point en blâmer généralement l'usage; mais à une époque où la beauté des formes n'est d'aucun intérêt personnel, nous demanderons à quoi bon assujétir dès le jeune âge les femmes à des usages de goût. Si pour les gens du monde ces réflexions sont sans importance, elles ne restent point sans valeur pour le médecin physiologiste. La grande activité des principaux phénomènes de la vie est singulièrement ralentie par l'appareil gênant du corset: étranglant pour ainsi dire le tronc, il s'en suit que la poitrine et l'abdomen sont sensiblement retréçis; la gêne

de la respiration, l'embarras de la circulation, un appétit borné et une digestion difficile en sont les conséquences immédiates.

Comprimée dans sa partie la plus extensible, la poitrine ne peut point acquérir toute l'amplitude physiologiquement nécessaire à la respiration. Or, le double phénomène de cette fonction, l'inspiration et l'expiration ne s'effectuent point comme dans l'état de liberté naturelle, par le concours d'agens antagonistes, mais par l'action seule du diaphragme. Aussi, tous les organes locomoteurs de la respiration demeurant passifs, acquièrent fort peu de développement; la poitrine reste rétrécie et maigre, et bien rarement elle offre, chez les personnes habituellement corsées, les dimensions et l'amplitude qu'elle présente chez les femmes qui n'ont point été élevées dans cet appareil gênant.

Outre le rétrécissement de la poitrine, nous remarquerons encore que l'usage des corsets déprime l'abdomen et refoule les

organes splanchniques vers le bassin, et gêne la circulation abdominale ; de là les conjestions sanguines vers le foie et la rate et les engorgemens permanens de ces organes attribués trop souvent à des diathèses imaginaires que l'observateur et le physiologiste ne sauraient admettre.

Il n'est personne qui n'ait été à même d'observer les grands changemens qui s'opèrent chez quelques jeunes filles dont la constitution primordiale était le type de la plus parfaite santé. Telle, à l'âge de cinq ou six ans, d'une complexion robuste, est maigre et fluette à dix ou douze. Ces changemens, faussement attribués aux révolutions des années, sont presque toujours le résultat d'une éducation vicieuse trop précoce. Cela est si vrai, que le fait que nous signalons ici s'observe principalement dans les conditions de la société où cette éducation devient nécessaire de bonne heure. Nous demanderons pourquoi, dans ces mêmes conditions, on rencontre plus de phtisiques, pourquoi

les jeunes personnes y sont menstruées plus tôt et moins régulièrement qu'ailleurs, si ces particularités ne sont point dues à une mode dont les inconvéniens touchent de si près les avantages qu'en retirent la coquetterie et le désir de plaire.

Ce ne sont point de vaines remarques que nous faisons; mais il est constant que la plupart des modes, chez les femmes, tournent au détriment de leur santé, autant par le défaut d'ampleur que par les formes. Pourquoi tous leurs vêtemens sont-ils presque sans manches et toujours trop courts du bas et ne couvrent-ils qu'imparfaitement les membres? Le refroidissement des bras, des jambes et des cuisses, est cause, chez un grand nombre de femmes, de rhumes permanens et de coliques fréquentes, qui, bien qu'accidentelles, peuvent cependant par des récidives, déterminer des congestions sanguines vers la poitrine ou l'utérus, toujours à craindre au jeune âge. Quelle bizarrerie dans l'état des choses or-

dinaires, que de voir les êtres qui, par leur condition naturelle, exigeraient des attentions particulières, des précautions indispensables à la conservation de leur santé, exposés au contraire à tant de circonstances qui peuvent la compromettre! Pour protéger la délicatesse naturelle de la femme, pourquoi notre industrie s'est-elle plu à lui composer les tissus les plus fins? pourquoi lui avons nous destiné les formes les plus élégantes et assigné les choses les plus fragiles, quand tous les contraires tourneraient mieux à son profit?

—

CHAPITRE II.

DE LA PUBERTÉ ET DE LA MENSTRUATION.

Sous le point de vue sexuel, les jeunes filles avant la puberté ne sont pour ainsi dire jamais un objet d'attention spéciale. Deux raisons s'y opposent : l'ignorance des parens et l'innocence des individus. Cependant, comme cette révolution importante ne s'effectue point subitement ni sans accidens, il est nécessaire de signaler les circonstances que les parens ou les gouvernans ne doivent point perdre de vue. Le phénomène le plus important de cette époque est la menstruation.

Hors de la sphère des phénomènes ordinaires de la vie, la menstruation constitue véritablement une maladie tant que l'habitude ne l'a point mise au rang des fonctions naturelles. Précoce ou tardive, selon la constitution et le genre de vie, cette évacuation s'établit plus ou moins facilement. Tantôt elle n'est précédée d'aucun malaise, et se manifeste pour reparaître régulièrement ; tantôt au contraire, elle est annoncée de longtems par des dérangemens de santé, et par une foule d'accidens insolites, dont le commun des esprits ne peut point toujours apprécier la véritable nature. En signalant les principaux, ce sera donner sur ce point important de l'hygiène des femmes, quelques notions utiles aux parens, et mettre en garde ceux qui nous lirons contre les préjugés et le charlatanisme.

Long-tems avant la menstruation, beaucoup de jeunes filles sont sujettes à des coliques aiguës, dont le retour, d'abord irrégulier, affecte ensuite le périodisme que doit

avoir l'évacuation qu'elles annoncent. D'autres fois, ce sont des indispositions éphémères, telles que des nausées, le défaut d'appétit, ou des douleurs sourdes d'entrailles. Rien de plus ordinaire que d'attribuer à la présence des vers intestinaux, l'inappétence, cette espèce de ptyalisme du matin; de même aussi que le météorisme du ventre, les vomissemens et les éruptions de gaz, chez les jeunes filles qui ne sont point encore réglées. L'absence de causes suffisantes pour déterminer de pareils accidens, leur retour presque périodique et leur identité, sont autant de raisons qui peuvent en faire distinguer le véritable caractère.

Ces phénomènes précurseurs de la menstruation peuvent néanmoins s'offrir avec des modifications nombreuses, dont les causes se trouvent souvent dans les habitudes, le genre d'éducation et le régime diététique. Quels que soient leurs caractères, ils sont beaucoup plus fréquens chez les jeunes filles des classes inférieures de la société

que parmi celles dont l'aisance peut mettre d'accord l'éducation avec les commodités de la vie. Les premières mal vêtues, et par cela même plus exposées à l'action pernicieuse des intempéries, assujéties à des travaux qui excèdent leurs forces, livrées à des occupations que la misère commande, ou dont l'ignorance méconnaît les dangers, usant d'une nourriture de mauvaise qualité; soit par besoin, soit par défaut d'expérience, satisfaisant ces appétits bizarres qu'on ne rencontre que chez les femmes en général, sont, par toutes ces circonstances, plus sujettes aux accidens qui précèdent la menstruation, que celles qui vivent au sein de l'aisance, sous la puissance et la direction de parens éclairés.

Avec tous les signes d'une santé florissante, nous avons vu des jeunes filles surprises par ces sortes d'indispositions, exprimer quelquefois des souffrances si aiguës, qu'on aurait pu croire à l'existence de quelques maladies graves. C'est en rai-

son même de leur manifestation subite que des parens sévères et exigeans croient difficilement à la réalité de ces souffrances, qu'ils regardent comme simulées, et qu'ils taxent de prétexte dicté par la paresse, quand les jeunes filles se plaignent et demandent à être exemptées de leur travail. Plus d'une année avant la première éruption des règles, une pauvre enfant sujette à des coliques menstruelles, était devenue par cela même en butte aux plus mauvais traitemens de la part de sa mère, qui ne voyait là, tantôt qu'une maladie simulée par la paresse, tantôt que le résultat de la gourmandise, d'imprudences ou de quelque action répréhensible, qui attiraient toujours de durs châtimens à cette malheureuse créature.

En avertissant les parens, les gouvernantes et les maîtres ignorans, que, dans de pareilles circonstances, leur sévérité n'est qu'une odieuse tyrannie, on préviendrait une foule d'accidens dont les pauvres filles sont souvent victimes. Nous voyons, au

contraire, que lorsque la confiance fait place au doute, quand la crainte exagère le mal, nous voyons, dis-je, recourir sans nécessité à une foule de moyens tout-à-fait inutiles quand ils ne sont pas dangereux. Les gens du peuple ne connaissent point de remèdes plus efficaces contre les maux de ventre que les boissons alcooliques, l'eau-de-vie avec de l'huile, l'absinthe, le vin chaud sucré, etc. Ces remèdes incendiaires, en jetant dans une sorte d'ivresse, provoquent le sommeil et le soulagement désirable; mais aussi d'autres fois ils sont cause de maladies graves.

Chez le vulgaire, les coliques menstruelles des jeunes filles sont encore faussement attribuées à la présence des vers, et traitées avec les purgatifs les plus violens. Loin d'apporter quelque changement en bien, ces médications ne sont point toujours sans danger, surtout chez les jeunes filles irritables et d'une complexion délicate: en

dérangeant l'harmonie des fonctions naturelles, elles nuisent constamment à la régularité de la menstruation.

Comme il n'est point toujours facile de distinguer les coliques menstruelles véritables des symptômes de quelques maladies essentielles, la médecine rationnelle n'est point non plus exempte d'erreurs dans ces circonstances. Tantôt des douleurs aiguës, le ventre contracté ou météorisé; tantôt les malades, comme suffoquées par les flatuosités; d'autres fois des douleurs sourdes et irrégulières, semblables à celles qui dénotent la présence des vers, précèdent encore la menstruation. Ici, l'état de santé habituel, le retour de ces indispositions, les circonstances prochaines qui ont précédé, sont autant de considérations qui peuvent servir à établir leur diagnostic. D'ailleurs, la manifestation subite de ces indispositions, la régularité du pouls, l'état naturel de la peau, l'absence de vomissemens et de diarrhées, la durée momentanée des coliques,

suffisent pour faire reconnaître leur véritable caractère.

Presque toujours les coliques menstruelles, chez les jeunes filles, coïncident avec le réfroidissement des pieds, et même de tous les membres inférieurs. En rappelant la chaleur vers ces parties, à l'aide de quelques frictions sèches ou de bains de jambes, on remplira une des premières indications; les demi-lavemens avec la décoction de racine de guimauve et la tête de pavot, et même des cataplasmes chauds de farine de graine de lin; appliqués sur le bas-ventre peuvent avoir d'heureux effets. Lorsque les souffrances sont aiguës, on peut seconder ces moyens par quelques cuillerées d'une potion composée d'huile d'amandes douces et de sirop de pavot parties égales. Ces indications secondées du repos et de la diète, suffisent ordinairement pour faire cesser ces accidens. Quand les jeunes personnes sont robustes et sanguines, qu'il y a des signes de congestions vers la tête, telles que des céphalalgies,

des angines, des ophtalmies, des accès épileptiques, on peut à l'aide des mêmes moyens et de quelques dérivatifs, comme des applications de sangsues au siége ou au haut des cuisses, des pédiluves synapisés, remédier à ces indispositions. Par ces médications renouvelées, aussi souvent qu'il en est besoin, l'on aidera la nature dans ses efforts, en prévenant ces accès nerveux auxquels tant de jeunes filles sont sujettes, tels que la danse de Weith, l'onéirodinie, etc.

Quoique la menstruation soit une évacuation naturelle, elle ne devient rigoureusement nécessaire à l'harmonie des fonctions organiques que par le fait de l'habitude; hors cette circonstance, elle n'est donc pas essentiellement indispensable à la santé des individus. Toujours est-il, cependant, que les jeunes filles qui passent l'époque ordinaire de la menstruation sans subir cette loi naturelle, ne sont jamais aussi développées ni aussi bien formées que les autres. Nous en connaissons de dix-huit à vingt-quatre

ans, qui bien que n'ayant jamais vu aucune apparence de menstruation, ne cessent point de jouir d'une bonne santé; mais la plupart sont sujettes à un écoulement leucorrhéique (fleurs blanches), permanent ou périodique, qui tient lieu de menstruation. La pâleur habituelle et le peu de développement donnent aux jeunes filles qui se trouvent dans cet état toutes les manières de l'enfance.

Il importe donc beaucoup de distinguer l'acataménie absolue (privation de règles), de la suppression des menstrues. Dans le premier cas, il est des médecins qui cherchent à provoquer l'évacuation normale à l'aide d'un traitement et d'un régime basés presque toujours sur des indications plus arbitraires que rationnelles; mais bien rarement ils arrivent à leur but, et plus souvent encore ils compromettent davantage la santé des malades. Nous possédons plusieurs exemples de jeunes filles qui, à cet effet, ont été soumises à un régime difficile à te-

nir, et assujéties à un traitement dispendieux qui n'a eu d'autre résultat que de changer une santé faible en marasme. Conseiller les exercices du corps, prescrire un régime sain, et se fier d'ailleurs aux efforts de la nature, sont les seules indications que réclament la prudence et la raison. L'acataménie ne peut point être considérée comme une circonstance maladive ; conséquemment, elle rentre plutôt dans le domaine de la médecine naturelle que dans celui de la médecine spéculative. Cet état qui ne dénote qu'une puberté imparfaite n'est point tellement en dehors des lois organiques que la nature ne puisse bien en rappeler ; et le mariage dont il ne saurait exclure, est peut-être ici la condition la plus favorable au rétablissement de toutes fonctions sexuelles. Alors il arrive la même chose que chez les jeunes filles que l'on marie avant la nubilité.

Si l'acataménie n'est qu'une imperfection de santé, la suppression des menstrues peut au contraire être considérée comme une

condition morbide. Celle-ci devenue évacuation habituelle et par là nécessaire, ne peut point s'arrêter sans que des dérangemens de santé en soient le résultat. Les vicissitudes de la vie exposent sans cesse les femmes à la suppression des menstrues; car comment prévenir les surprises pénibles, les contrariétés, les chagrins et toutes les émotions vives? Quelques-unes même sont d'une si grande susceptibilité physique et morale que la moindre cause insolite arrête l'écoulement menstruel. Ce que nous disons des femmes en général s'applique plus spécialement aux jeunes filles que la timidité et l'innocence rendent encore bien plus susceptibles d'impressions pénibles. Aussi nous ne saurions trop recommander aux parens, et particulièrement aux mères, qui sont presque toujours au courant des choses secrètes, d'user de ménagemens envers les jeunes personnes, au moment de la menstruation. C'est défendre la cause la plus intéressante pour l'humanité, que de parler en faveur

de cet âge qui à tous égards mérite notre sollicitude, d'autant plus encore que sans défense, il n'a que des larmes à opposer aux actes d'une autorité qui alors semble devenir plus sévère ou au moins plus exigeante, autant par nécessité que par esprit de rivalité.

Les premiers effets de la suppression des menstrues ne se manifestent point à l'instant même, c'est plus ou moins de tems après, que la tête devient pesante, que les membres sont pris de lassitude, qu'il y a défaut d'appétit et que le ventre devient paresseux. Alors le teint perd son incarnat, les individus leur gaîté, et cet état subsiste jusqu'à une nouvelle apparition. Souvent les accidens ne se bornent point à un simple malaise, mais ils constituent de véritables maladies auxquelles il est besoin de remédier aussitôt. Lorsque le retour des règles n'a point lieu à l'époque accoutumée, ou que cette évacuation n'est qu'imparfaite, les jeunes filles passent bientôt à l'état chlorotique (pâles couleurs) dont la durée est tou-

jours longue, et qui bien souvent ne cesse qu'avec le mariage. Cette dernière condition n'opère point immédiatement encore tous les changemens désirables ; les femmes ne recouvrent guère leur état de santé parfait qu'après la première grossesse. Par le fait de cette circonstance, l'utérus reprend son activité naturelle et imprime à tout l'individu une impulsion salutaire qui rappelle toutes les fonctions à leur état normal.

Avec l'éruption des règles, coïncide ordinairement le développement des mamelles. L'étroite sympathie qui règne entre l'utérus et la glande mammaire fait qu'aussitôt que l'un entre en action, l'autre devient un centre de fluxion plus ou moins considérable, selon la constitution et l'état de santé habituel des individus. Chez beaucoup de jeunes filles, le développement des mamelles est précédé et accompagné de douleurs et de tension (mastodonie), lesquels accidens se renouvellent avec le retour de la menstruation jusqu'à l'entier l'épanouissement de ces

parties. Ce symptôme de nubilité n'est point constant ni identique à l'égard de tous les individus.. Il est plus marqué et plus intense chez les jeunes filles qui sont d'une santé robuste, que chez celles qui sont d'une faible constitution. Les premières passent, pour ainsi dire, subitement de l'enfance à la puberté, se forment dans l'espace de quelques mois, et la gorge acquiert en peu de tems tout le volume qu'elle doit avoir. Chez les jeunes personnes débiles, au contraire, la nubilité est préparée de loin et les mamelles n'acquièrent jamais beaucoup de volume, conséquemment la mastodinie est presque nulle.

Ce symptôme de nubilité est aux jeunes filles ce que les oreillons sont aux jeunes garçons, et peut quelquefois constituer un véritable état pathologique. Quoique nous n'ayons aucun exemple que ce phénomène ait eu des suites fâcheuses, toujours est-il que dans les saisons froides il est bon de maintenir une gorge naissante dans une

douce chaleur, pour prévenir cette espèce de spasme douloureux dont sont surprises les femmes, lorsque pendant les froids rigoureux, elles n'ont point la précaution de se couvrir suffisamment la poitrine.

L'éruption des menstrues met fin ordinairement à la mastodinie des jeunes filles. Mais il n'est point rare que la turgescence et la douleur des seins soient un obstacle à cette évacuation. En raison des rapports sympathiques qui règnent entre les mamelles et l'utérus, l'action de celui-ci peut être entravée quand les premières sont le siége de quelque fluxion douloureuse. Alors les applications émollientes et sédatives, dans les cas de mastodinie, n'auront point seulement pour effet de remédier au mal passager, mais encore elles pourront favoriser la menstruation qui est la solution naturelle de cet accident.

Développée dans de justes proportions, la gorge est un des plus beaux ornemens de la femme. Combien passeraient pour belles,

si aux traits fins et délicats et aux manières élégantes, elles réunissaient cet attribut de leur sexe. Une figure ordinaire passe facilement quand elle a pour base un beau corps, tandis qu'elle a peu d'attraits si elle surmonte un buste mal dessiné. Aussi la coquetterie ne manque-t-elle jamais de tirer vanité d'un charme dont l'amour doit faire son profit. Plus la femme tient de son sexe, plus en effet elle doit plaire, ou du moins être recherchée. Il est donc bien pardonnable l'amant ou l'époux, d'oublier quelquefois les miniatures des boudoirs pour les robustes appas des antichambres. Considérée comme un des attraits les plus puissans de l'amour, la gorge est donc d'une importance réelle.

Abstraction faite des avantages physiques attachés à une heureuse conformation, la présence de la gorge est une condition essentielle pour la femme, puisque les mamelles font partie du système de la génération; que leur développement est le complé-

ment de la nubilité ; qu'elles sont une garantie pour la fécondation ; et l'allaitement qui en est la fin réelle. Les femmes qui n'ont point ou peu de mamelles, sont en général peu fécondes et nourrissent plus difficilement. Nous en avons vu qui, à la veille d'être mère, n'offraient aucune apparence de gorge, et dont après l'accouchement les mamelles ne fournissaient pas même une seule goutte de lait. Chez beaucoup de femmes, la glande mammaire est comme atrophiée et dépourvue tout-à-fait du principe vital nécessaire à ses fonctions. Où trouver la cause de cette infirmité physique, si ce n'est dans l'influence des modes pernicieuses et dans le genre d'éducation ?

Quoique nous nous soyons écarté de notre sujet en considérant les mamelles sous ces différens points de vue, nous croyons cependant n'avoir rien dit de trop en parlant de leurs avantages physiques et de leur but physiologique. Il nous reste maintenant à les envisager comme parties essen-

tielles à l'organisation de la femme, et à parler de leur influence sur l'état de santé habituel des individus. Il est notoire que les femmes qui réunissent tous les attributs de leur sexe en remplissent mieux toutes les obligations, que celles qui n'en ont que les principaux caractères. Bien que les attributs sexuels, chez les femmes, soient en principe, le fait de dispositions organiques et l'indice d'une heureuse constitution, toujours est-il aussi que leur présence devient ensuite favorable au maintien et à la conservation de la santé.

Pour le physiologiste, les causes des différences dans l'état de la gorge, sont toutes organiques; mais pour l'observateur, il en est d'autres étrangères aux individus et dont il sera facile d'apprécier la réalité en les signalant. Celles-ci se tirent de l'éducation et des habitudes de la vie. Pourquoi les jeunes filles nées dans les conditions laborieuses sont-elles plutôt formées et plus fortement constituées que celles qui voient le

jour dans les conditions privilégiées? C'est que dès l'âge le plus tendre, elles agissent davantage. Ce n'est point un travail simplement manuel qui favorise le développement et entretient le volume de la gorge, mais tous les exercices de la totalité des bras, surtout quand ces membres exécutent des mouvemens de traction, et que tous les efforts se passent vers l'épaule. Les muscles de la partie extérieure de la poitrine agissant sur les bras déterminent par leur contractions réitérées, un surcroit de vitalité vers la glande mammaire et toutes les parties adjacentes. Comparons les femmes qui partagent avec les hommes les travaux des champs, et celles qui portent des fardeaux à bras, aux petites maîtresses qui n'exercent que leurs doigts avec l'aiguille ou le crayon; nous verrons que les premières ont des épaules larges, la poitrine effacée, et des gorges très-développées. Chez les autres, au contraire, la poitrine est rétrécie et maigre, et n'offre que la place des pré-

cieux accessoires qui y manquent. Aussi les premières sont rarement victimes de cette maladie désastreuse, la phtisie pulmonaire, qui moissonne annuellement des milliers de jeunes personnes, dont le plus grand nombre appartient aux citadines qui, dans leurs habitudes et leurs occupations obligées, exercent moins l'ensemble du corps que des parties ou des organes.

Nous ne doutons nullement, et même l'observation nous porte à affirmer, que les maladies organiques intérieures ne se développent souvent qu'aux dépens des parties extérieures. Pourquoi ces sortes de maladies sont-elles aussi fréquentes chez les citadines qu'elles sont rares chez les villageoises? C'est que chez les unes tout tend à concentrer les forces vitales, soit l'usage des modes, soit le régime et les occupations journalières; quand au contraire, chez les autres, tout concourt à les rapporter vers la périphérie et à fortifier l'enveloppe du corps. Combien de phtisies pulmonaires ne pré-

viendrait-on pas, si, par un genre d'exercice approprié, on pouvait développer toutes les parties externes de la poitrine chez les jeunes filles. Des muscles épais, une couche de tissus cellulaires abondans, forment toujours autour du thorax, un vêtement plus sûr contre les rhumes et les irritations pulmonaires que les vêtemens les mieux imaginés : aussi les personnes grasses sont-elles affranchies plus souvent de ces accidens que les personnes maigres et délicates.

La présence de la gorge n'est point seulement un abri naturel pour l'organe le plus susceptible de l'économie ; mais encore cette masse organique, détournant à son profit, aux dépens des poumons, une somme de forces vitales, exempte ces organes d'une foule de maladies dont ils sont sans cesse menacés au jeune âge.

D'après ce qui précède, il est évident que le développement de la gorge n'est pas seulement un indice de bonne constitution, mais encore une condition favorable à la

conservation de la santé. En signalant l'usage des corsets montans et trop serrés, et le défaut d'exercice, comme les circonstances les plus nuisibles à sa formation, c'est dire qu'en retranchant ou modifiant les uns, et qu'en faisant entrer dans l'éducation les autres, on préviendrait souvent l'absence de formes physiques aussi essentielles qu'agréables. La gymnastique peut offrir des auxiliaires puissans pour développer la gorge chez les jeunes filles. Plusieurs observations sont venues à l'appui de cette assertion. Sans en indiquer le but, mais sous des prétextes spécieux, en recommandant l'exercice des bras, nous avons vu la gorge naître et se développer en peu de tems chez beaucoup de jeunes personnes. L'action de tirer sur une corde, de teiller le chanvre, de pétrir le pain, de tourner une manivelle, d'agiter une fronde, de jouer au volant, nous ont paru très-favorables au but qu'on se propose. De pareils exercices ne sont point propres à former une main délicate et jolie,

à lui donner toute la dextérité propre à manier un crayon, à parcourir un clavier, ni à donner aux doigts la souplesse qu'il leur faut pour faire vibrer les cordes d'une harpe; mais en revanche ils conviennent assurément beaucoup pour former et développer la femme qui doit devenir un jour épouse et mère.

CHAPITRE III.

DU MARIAGE ET DU CÉLIBAT.

Aucune institution sociale, considérée dans son but, n'est mieux d'accord avec les lois naturelles, aucune n'est aussi plus édifiante et plus morale que le mariage. Si le célibat est une violation des lois les plus sacrées de la nature, les règles qui le commandent et la discipline qui l'exige sont des conceptions monstrueuses dès lors qu'elles sont incompatibles avec les besoins du cœur et

qu'elles tendent à étouffer le sentiment le plus noble dont l'homme puisse être animé.

A considérer le mariage sous le point de vue hygiénique, aucune condition ne tourne davantage au bien physique des individus, puisqu'il dispense des jouissances dont la privation n'est point sans conséquences graves, invite à la tempérance et prévient des excès qui entraînent presque constamment la dégradation physique et morale. En général les personnes mariées dans des circonstances favorables, se portent mieux (1) et vivent plus longtems que celles qui se vouent au célibat. En raison de son organisation propre, la femme est plus intimement invitée au mariage que l'homme, on pourrait même dire que c'est là sa condition essentielle et naturelle. Ce n'est même que dans cette condition qu'elle

---

(1) Hufeland et Saint-Clair, *Code de la santé*

jouit d'une parfaite santé et qu'elle parvient à un âge très avancé (1). Il serait facile de constituer cette assertion en principe, si nous voulions développer toutes les raisons qui pourraient la justifier, mais il suffit d'énoncer celles qui découlent des besoins réciproques des individus et de la fin naturelle des sexes.

En cherchant à rendre raison des avantages et même des prérogatives qui sont attachés au mariage, on peut les découvrir dans le secours et les consolations que la femme a droit d'attendre d'un ami et d'un soutien. Partout ailleurs pour un être faible et sans défense, qui ne saurait être heureux dans l'isolement et vivre par lui-même, l'amitié est insuffisante quand elle n'est point une chimère. Le plus grand degré d'activité, l'exercice et le travail auxquels

---

(1) *Trans. philos.*, tome LXVI, page 147. — Pracieux, *Essai sur les Probabilités de la Vie humaine*.

la femme est forcée de se livrer quand elle a une famille, soutiennent son moral, écartent les maladies, et empêchent de faire aux plus petits dérangemens de santé les mêmes attentions que celles qui n'ont qu'à songer à leur personne.

Chez les femmes, le mariage est favorable à toutes les évacuations naturelles, et principalement à la menstruation qui influe si puissamment sur tous les autres phénomènes physiologiques. La grossesse qui est la fin de l'union des sexes, bien loin de fatiguer ainsi que le pense le commun des esprits, refait, si l'on peut s'exprimer ainsi, les constitutions débiles et indécises. Ici la santé est moins souvent traversée par des dérangemens et des affections insolites du système nerveux. Sous les influences du mariage, l'âge critique se passe sans accidens, après lequel les femmes se conservent mieux dans leurs habitudes corporelles, montrent encore une fraîcheur, un teint

et un embonpoint que n'ont point les vieilles filles.

Ce ne sont point tant les jeûnes, les pénitences et les mortifications qui pâlissent, maigrissent les pauvres filles qui ont fait vœu de chasteté, que la chasteté même et le mytisme tyrannique qui refrénent et étouffent les sentimens les plus doux. Les effets qui naissent de la répression des besoins du cœur sont beaucoup plus graves encore dans toutes les positions de la vie chez les femmes que chez les hommes : non-seulement parce que la susceptibilité nerveuse est plus prononcée chez les premières, mais parce qu'elles observent avec plus de rigueur les lois et les convenances sociales. Les désordres les plus sérieux dans l'excrétion menstruelle, les pâles couleurs, les fleurs blanches, les maux de nerfs, l'aliénation mentale sont des maladies qu'on rencontre tous les jours parmi les veuves surtout.

Comme la fin essentielle de l'union des

sexes est la propagation de l'espèce, l'âge ne devrait point être la seule règle à suivre dans l'ordre civil. Dans tous les tems les législateurs et les casuites, en autorisant le mariage ont eu moins égard aux conditions physiques des individus qu'au nombre des années; puisque quelques anciennes chartes fixent le mariage à quatorze, douze et même à dix ans pour les filles. Quoique chez nous l'âge de quinze ans soit de rigueur, que peut-on espérer de quelques femmes quand à cette époque elles ne sont point encore sorties de l'enfance, quand elles ne sont ni formées ni developpées, et qu'elles n'ont donné encore aucun signe de nubilité? Tous les jours nous sommes témoins de ces unions anticipées, que le bonheur des contractans décide moins que des raisons de fortune. Le mariage dans le fait ne peut que favoriser le développement et hâter la nature retardataire; mais les avantages qu'il promet ne sauraient compenser les dommages aux-

quels il expose. Il est fâcheux de voir que presque aussitôt après leur union, ces jeunes créatures soient chargées du fardeau de la grossesse. Ce fardeau excédant leurs forces, beaucoup n'ont point le bonheur de le porter à son terme sans accident; ce fruit de leur premier amour tombe souvent avant une parfaite maturité.

On ne peut donner ici aucune explication sur ce fait, mais il est notoire que les jeunes femmes d'une constitution frêle et délicate conçoivent plus promptement que les autres; par cela même, sont-elles plus exposées aux avortemens et aux fausses couches. Nous en connaissons plusieurs, mariées dans ces circonstances, dont la première grossesse n'a point été heureuse, et qui successivement ont fait deux, trois et jusqu'à cinq fausses couches. Tout le monde sait qu'un premier accident de cette nature, dispose à un second et celui-ci à un troisième; que souvent ils sont accompagnés et suivis de maladies, sinon graves,

toujours inquiétantes et longues. De semblables accidens ne trompent point seulement l'espoir des familles, mais les secousses qu'ils portent ébranlent la machine jusque dans ses fondemens, et impriment dans l'âme des jeunes femmes une crainte qui ne les quitte plus. Le nombre des victimes de grossesses prématurées est immense. Or l'âge ne devrait point être la seule condition physique qui fît autoriser le mariage, il serait encore mieux de consulter les signes de nubilité.

Il ne nous appartient point d'indiquer ici quelles conditions seraient les plus favorables au mariage. Les considérations qui auraient pour objet ce point d'hygiène ne sauraient trouver leur application dans l'état actuel des choses. Toute loi ou autorité qui exclurait des liens de l'hymen les femmes qui n'offrent point les conditions suffisantes à la propagation, serait odieuse et tyrannique; le sort des personnes envers qui la nature a été avare de ses dons, serait par trop

affreux, si pour quelques raisons physiques elles étaient condamnées à ne vivre que pour elles-mêmes, et si on leur interdisait le plus doux des liens. Alors même que quelques circonstances seraient peu favorables au mariage, on ne saurait l'interdire, en vertu de ce principe de justice, que tout être sensible a droit à la possession de l'objet tendrement aimé.

En n'envisageant le mariage que sous le point de vue sanitaire, nous trouverons toujours une grande différence entre les filles chastes et les femmes. Celles-ci mariées à tems, se conservent mieux, et même beaucoup, après quelques années de mariage, ont gagné en fraîcheur et en santé. Pour les autres, au contraire, le printems n'a qu'une durée éphémère ; ce sont de jeunes plantes qui bientôt se fanent et se dessèchent. A dix-huit ou vingt ans, on est au moins jolie ; une gaîté naïve, un enjouement gracieux, même un peu de coquetterie viennent presque toujours animer ce

tableau intéressant, objet d'égards, d'attention et de déférences. A cet âge, la confiance est si expansive, le cœur sent si vivement que l'une s'accorde aussi facilement que l'autre se donne. Aussi la jeune fille franchit-elle rarement cette époque sans connaître l'amour. Tant qu'elle conserve l'espoir d'être heureuse, elle est la même; mais aussitôt qu'elle est traversée dans ses affections, tout change, se fane et s'altère dans cet être qui n'est pas fait pour vivre seul. Sans même être en proie aux peines de cœur, les jeunes personnes de vingt à vingt-cinq ans perdent de leur embonpoint, de leur fraîcheur et de leur incarnat; leur gaîté primitive se change en mélancolie, la vivacité, l'enthousiasme si naturels au jeune âge, et qui expriment si bien le contentement et l'espoir du bonheur, sont souvent remplacés par l'insouciance et la froideur. Que de choses se passent au fond de ces âmes tendres qui ne peuvent

déverser sur rien l'exubérance de leurs sentimens!

Nous avons déjà dit que le mariage était la condition essentielle de la femme, autant sous le rapport des besoins du cœur que sous le rapport de la santé. Quand l'un est satisfait dans ses vœux il manque bien moins de choses à l'autre; car d'où proviennent les anomalies nerveuses qui revêtent tant de formes et de nuances différentes, si ce n'est d'un excès de sensibilité, qui ne peut se répandre au dehors par le défaut de relations intimes, nécessaires et presque indispensables à un être naturellement expansif et aimant. Plus le cercle des affections chez la femme est étendu, moins il y a d'accès de sensibilité; plus elle est épouse et mère, et moins elle est sujette aux extravagances de son sexe. Les anomalies pathologiques et morales sont au contraire très-fréquentes chez celles qui se sont vouées au célibat et à l'amour mystique.

Comment se rendre raison de cette foule d'aliénations mentales, dont les femmes ou mieux les filles de tous les siècles, ont offert tant d'exemples? Comment expliquer les saintes fureurs des pythonisses, des magiciennes, des possédées, voire les erremens des béguines de Loudun, des convulsionnaires de Saint-Médard, et de cette jeune fille qui tout récemment voulait entrer dans la légende des saints, si la cause n'est point dans l'irritabilité de cet organe par lequel la femme est tout ce qu'elle est : *Propter solum uterum est mulier id quod est.* Si dans Argos on eut élevé des autels à Vénus, au lieu d'adresser un culte à Junon, les Argiennes eussent-elles donné des signes de cette démence dont nous parle Pausanias, de se croire changées en vaches? Les filles de Milet, n'eussent point été prises de cette folie épidémique qui les portait à se pendre, si les hommes d'alors eussent été plus en-

treprenans. Soit par caprice, soit par force de discipline, toujours est-il que la chasteté absolue est la cause la plus fréquente de ces déréglemens de la raison.

Nous pouvons ajouter que par le fait le mariage semble transmettre à la femme un principe de virilité qui non-seulement neutralise ou atténue du moins sa sensibilité naturelle, mais qui donne encore à son physique et à sa raison plus de solidité. Les filles sont bien moins capables de hautes conceptions et d'actes de vertus, que les femmes mariées. Si nous comparons la vierge à la jeune épouse du même âge, nous reconnaîtrons que dans toutes ses actions l'une paraîtra timide et craintive, quand l'autre paraîtra décidée et pleine d'assurance. Celle-ci passera de la timidité à la coquetterie, et deviendra successivement présomptueuse, exigeante, grave et importante, quand celle-là ne sortira guère du caractère propre à l'innocence. Tous ces changemens qui

se suivent progressivement, pour nous, sont moins le fait de l'expérience que le résultat de rapports intimes qui s'établissent entre les sexes.

CHAPITRE IV.

DE LA GROSSESSE ET DE L'ACCOUCHEMENT.

Chez beaucoup de femmes, la grossesse pourrait être considérée comme un état maladif, en raison des changemens nombreux qui surviennent tant au physique qu'au moral. Certaines fonctions diminuent ou se suppriment, tandis que d'autres augmentent ou s'établissent. La femme devient alors un sujet d'attention, non-seulement pour elle-même mais encore pour ceux qui

l'entourent. Pourquoi ce cortége d'incommodités qui l'assiégent alors, ne se remarquent-elles point chez les femelles des animaux, qui ne cessent point de jouir d'une bonne santé pendant tout le tems de la gestation? La raison de cette différence est toute dans l'organisation physique, sans cesse modifiée dans l'espèce humaine par les coutumes et les habitudes morales qui s'écartent toujours plus ou moins des lois primordiales.

Il s'agit moins ici de préceptes généraux d'hygiène que de précautions que la femme doit observer dans ses habitudes domestiques et ses goûts particuliers. On ne saurait cependant indiquer les unes et les autres, puisque tout est subordonné à la position sociale et aux diverses circonstances de la vie. Mais encore dans quelque condition que sa trouve la femme, peut-elle beaucoup par elle-même? Douée pendant la grossesse d'une grande susceptibilité; par ses seuls efforts et sa pré-

voyance, il n'est pas toujours en son pouvoir de se mettre en garde contre tout ce qui peut porter atteinte à sa santé. C'est donc aux époux qu'il appartient de protéger l'objet de leur amour et celui de leur plus douces espérances; c'est aux mères instruites par l'expérience, à guider celle qui promet de perpétuer leur prospérité; c'est au médecin ensuite, quand la sollicitude domestique est insuffisante, à la seconder par ses efforts et ses avis; enfin c'est au magistrat à intervenir quand l'amitié et la médecine deviennent impuissantes.

Ici ce ne sont plus ni ces soins ni cet empressement que l'amour ou le désir de plaire détermine, c'est une sorte de respect mêlé d'attendrissement et un vif intérêt que commande cette situation imposante. De tous tems, chez les nations civilisées, celles qui promettaient de devenir mères étaient l'objet d'une bienveillance active, d'une protection spéciale et même d'un respect religieux. La femme dans cet état, étant le

gage le plus précieux de l'harmonie universelle, de la prospérité publique et de l'immortalité des familles, il est donc du devoir de ceux revêtus de quelque puissance, d'écarter les obstacles qui pourraient déranger ou interrompre le grand œuvre de la reproduction.

Toutes les religions, les plus intolérantes même, n'ont point regardé les infractions à leurs dogmes de la part des femmes enceintes comme des violations. Les juifs, si sévères dans l'observance des lois de Moïse, leur permettaient l'usage de certaines viandes défendues. Celles de l'Église les affranchissent du jeûne et les laissent jouir, en raison de leur position, de tous les priviléges accordés aux malades.

Si les lois temporelles et religieuses se montrent protectrices et tolérantes, ne devraient-elles pas aussi rendre passibles de peines sévères ceux qui se laissent emporter par la colère au point de maltraiter et de frapper leurs femmes dans cet état impo-

sant. Dépositaires des plus chers intérêts de la société, les maris ne sont plus en droit de les considérer comme n'existant que sous leur propre dépendance. Et cependant nos lois ne permettent point d'intervenir dans les dissentions domestiques qui éclatent si souvent de la manière la plus outrageante; aussi le nombre de victimes est-il incroyable. A Sparte, à Athènes, les femmes qui promettaient de devenir mères étaient l'objet d'une police vigilante et protectrice, tandis que dans l'Europe civilisée les lois sont injustes et souvent oppressives à l'égard du sexe le plus faible et le plus malheureux par sa condition naturelle.

Si toutes les femmes enceintes se trouvaient dans la même position sociale, on pourrait insister sur les recommandations de se maintenir dans les conditions les plus favorables à la conservation de leur santé; mais ce qui est du domaine de l'hygiène privée n'appartient point à toutes les classes de la société. Il est donc impossible de donner

des préceptes qui puissent convenir à toutes les femmes. Un air pur, une habitation saine, des vêtemens et des lits commodes sont reconnus de tout le monde comme des choses avantageuses et nécessaires, et seront toujours recherchées par ceux qui pourront se les procurer. La malheureuse qui trouve sa subsistance dans un lieu malsain et infect, doit le préférer à un autre où les choses de première nécessité lui manquent. Le choix d'une habitation commode n'appartient non plus qu'à une très-petite portion de la société. Une demeure sombre, obscure et humide deviendra toujours le partage de la classe indigente et asservie, et jamais celle d'une famille aisée et indépendante.

Quoique le choix des alimens et des boissons ne soit point constamment à la disposition de la classe la plus nombreuse, néanmoins cette classe observe, en général, une manière de vivre plus conforme aux vœux de la nature. Aussi les femmes qui sont habituées à une nourriture simple et tem-

pérante, ne connaissent-elles point cette foule d'indispositions auxquelles sont sujettes celles qui vivent au sein du luxe et de l'abondance. Les esprits les plus bornés sachant distinguer suffisamment les alimens de bonne qualité pour leur donner la préférence sur ceux de mauvaise nature, il est inutile d'entrer dans aucune explication sur cette partie de l'hygiène privée, puisque les différences qu'elle peut offrir, à l'avantage ou au détriment des individus, dépendent moins des goûts que des conditions de la vie. Nous ne pouvons point cependant nous dispenser de donner quelques avertissemens touchant certaines habitudes de régime dont les inconvéniens peuvent échapper d'autant plus facilement à l'attention, qu'elles sont le plus souvent une conséquence de l'état de grossesse. Il est moins question ici du choix des alimens qui sont la base de la nourriture que des choses accessoires à la vie. En recommandant aux femmes enceintes de ne faire usage qu'avec

modération des alimens fortement épicés et marinés, c'est les mettre en garde contre une foule d'indispositions, telles que des chaleurs de poitrine, des toux, la constipation et les maux de tète. Une nourriture plus abondante que succulente, plus substantielle que sapide, leur convient essentiellement.

L'action des fluides étant plus immédiate que celle des solides, les boissons conséquemment doivent avoir une grande influence sur la santé habituelle des individus en général; aussi n'est-il point indifférent de donner sur ce point d'hygiène quelques instructions Les liqueurs fortes, prises au delà du besoin réel, sont essentiellement nuisibles pendant la grossesse; aussi celles qui habituellement en font usage sont-elles peu fécondes, sujettes aux maladies nerveuses et exposées aux avortemens.

On taxera peut-ètre de vaines déclamations tout ce que nous avons à dire sur les effets pernicieux du café et du thé; néanmoins il

est constant que le cortége des maladies nerveuses s'est considérablement accru depuis que ces infusions sont devenues d'un usage journalier. Nous avons été convaincu par l'observation, que non-seulement ces boissons exaltent la sensibilité, mais qu'elles semblent agir plus spécialement sur l'utérus. Si beaucoup de femmes sont privées du bonheur d'être mères, c'est moins la nature qu'elles doivent en accuser que les intempérances et les erreurs de régime auxquelles beaucoup par leur position sociale ne peuvent se soustraire.

Il ne faut point mettre au rang des intempérances, ces appétits bizarres et passagers qui surprennent les femmes durant la grossesse. Il ne serait cependant point prudent de les satisfaire, surtout quand ils sont décidés pour quelques substances dont l'ingestion serait dangereuse. Mais quand ils ne demandent que des choses qui ne sont point réfractaires ni pernicieuses à l'estomac on peut les permettre. Combien

de fois cependant n'arrive-t-il pas que les femmes se dérobent à toute espèce de surveillance pour satisfaire à ces anomalies du goût que la raison ne saurait tolérer. Nous connaissons des femmes qui ont savouré du plâtre, de la craie, dont l'ingestion est toujours dangereuse, sans en avoir ressenti le moindre malaise; d'autres qui, dans chaque grossesse, boivent du vinaigre, de l'eau-de-vie ou quelque autre liqueur forte, bien au delà de ce qu'il faudrait pour indisposer et rendre malade le corps le plus endurci, sans cependant en ressentir la plus légère indisposition. Ces faits prouvent que de toutes les fonctions il n'en est point qui soit plus susceptible d'aberrations que la digestion; et que les appétits les plus ridicules et les plus bizarres ne sont véritablement ici que des besoins naturels qu'il ne serait point toujours prudent de contrarier trop fortement.

Le besoin de se mouvoir et de se déplacer est si naturel à l'homme, que, dans

toutes les circonstances de la vie, la fatigue lui est moins préjudiciable que le repos absolu : pourquoi n'en serait-il pas ainsi pour la femme, dans l'état de grossesse? Quelques médecins, en leur interdisant toute espèce d'exercice et de déplacement, n'interprètent pas toujours les intentions de la nature : cette recommandation ne doit tout au plus s'appliquer qu'à celles dont les infirmités le réclament impérieusement. Le précepte d'Hippocrate, que la femme, dès qu'elle aura reconnu qu'elle a conçu, doit garder le repos absolu, est aussi impraticable qu'il paraît inutile. Aristote avait déjà observé que la femme qui a coutume de travailler pendant la grossesse accouche plus facilement que celle dont la vie est sédentaire et inactive. En effet nos rustiques paysannes sont rarement trompées dans leurs espérances, quoique se livrant souvent sans ménagement aux plus pénibles travaux, sous les rayons d'un soleil brûlant, ou sous l'influence d'une rigoureuse froi-

dure ; tandis que toutes les précautions auxquelles on assujétit les privilégiées de la fortune ne sont point constamment suivies des résultats qu'on devrait en attendre. Tout esprit judicieux ne peut entendre dire sans une sorte d'étonnement qu'une femme est condamnée pendant toute sa grossesse à ne marcher qu'un tems déterminé qu'elle doit éviter d'aller contre le vent, de ne sortir qu'en voiture bien fermée, toujours se coucher et se lever à la même heure, et mille autres préceptes aussi absurdes que ridicules.

Combien étaient puériles toutes les précautions dont on entourait autrefois les princesses du sang royal! Jeanne d'Albret, qui accompagna son mari dans ses dernières campagnes, et qui, dans son neuvième mois, traversa toute la France pour se rendre à Pau, et donner le jour au meilleur des rois, fut beaucoup plus hardie que ne le seraient la plupart de nos simples bourgeoises d'aujourd'hui. Ne voyons-nous pas encore quelques

femmes étourdics et légères eommettre impunément les imprudences les plus graves, tandis que d'autres, intimidées par les précautions dont on les entoure, énervées par la crainte, n'arrivent jamais au terme taut désiré? Nous voyons eneore un grand nombre de eelles qui portent le fruit d'un amour illicite employer une foule de moyens violens pour se faire avorter, sans pouvoir accomplir leur coupable dessein.

On ne saurait au eontraire trop reeommander aux femmes enceintes de ne point se livrer à ces genres d'exerciees dans lesquels les mŭscles du trone sont principalement mis en aetion, tels que de s'élever à l'aide des bras, soulever un fardeau, ou souffler long-tems. Combien le magistrat éelairé ne pourrait-il pas prévenir d'aeeidens, en avertissant du danger auquel s'exposent les femmes des campagnes dans leurs occupations journalières, par exemple dans la fabrication du pain, dans l'action de macquer, de scrancer le ehanvre ou le lin, de

charger les voitures, de gravir sur les arbres pour la récolte des fruits, de chauffer et de faire leurs lessives, et enfin d'être obligées souvent aux mêmes travaux que les hommes! Pauvres femmes! qui pourrait sans étonnement vous voir remplir en même tems toutes les obligations de votre sexe, et supporter les plus pénibles travaux domestiques? cependant, en êtes-vous moins fécondes, donnez-vous le jour à des enfans moins robustes, rendez-vous moins de services à ce monde civilisé, qui vous compte pour rien, que ces superbes virtuoses, ces aimables et stériles beautés?

On a peine à concevoir que des hommes de sens aient pu blâmer et même interdire les bains aux femmes enceintes. Avicennes veut qu'aussitôt que les femmes se reconnaissent telles, elles observent de ne point se baigner. Moriceau adopte également l'opinion du médecin persan. Nous ne savons sur quoi est fondée cette recommandation. Si nous invoquons l'observation, nous ver-

rons que les bains ne sont jamais suivis d'aucun accident, à moins qu'on n'en use dans des circonstances intempestives. Ils sont bien moins utiles aux femmes robustes et sanguines, qu'à celles d'une constitution lymphatique et nerveuse; pour celles-ci les bains naturels même sont d'une efficacité incontestable. La réaction qui succède au bain froid développe les forces musculaires, diminue la susceptibilité nerveuse qui joue un si grand rôle dans une constitution frêle et délicate.

Si les modes sont l'expression du bon goût, elles ne s'accordent pas toujours avec les commodités de la vie. Il est incontestable que certaines formes dans les vêtemens ou leurs accessoires sont essentiellement nuisibles aux femmes enceintes, surtout à cette époque où les formes du corps commencent à changer, quand déjà l'utérus envahit une partie de la capacité abdominale. On ne saurait trop blâmer les femmes dont la toilette est l'unique occupation, de porter pendant

tout le tems de leur grossesse des corsets garnis de baleines et de longs buses. Quelque peu que soit serré ce vêtement, il tend toujours à déprimer et à refouler sur le bassin les organes abdominaux : il résulte de là que l'utérus, se trouvant fortement comprimé, ne peut acquérir toute l'amplitude nécessaire au fœtus. De nombreux accidens, tels que des maux de tête, des étourdissemens, la constipation, la dysurie, des ménorrhagies, des engourdissemens et même des douleurs dans les membres inférieurs, sont encore les effets de cette funeste habitude de porter des corsets trop serrés. Outre ces nombreux inconvéniens, les corsets, en comprimant les mamelles et les repoussant en haut, empêchent qu'elles ne se développent suffisamment pour remplir les fonctions importantes auxquelles elles sont destinées. Beaucoup de femmes, à la veille d'être mères, n'ont presque point de mamelles : la glande mammaire est comme atrophiée. Celles au contraire qui ne sont point assu-

jéties à suivre les modes gênantes, ni à porter des corsets et de longs buscs, sont rarement dépourvues d'un charme auquel la coquetterie attache un si grand prix.

Toutes les habitudes ont leur conséquences, toutes influent plus ou moins sur le rhythme des fonctions. Le sommeil, le repos, l'éducation, les goûts et les passions chez les femmes enceintes méritent une attention particulière. Il importe beaucoup que dans tout le cours de la grossesse le repos et le sommeil soient proportionnés à l'exercice et à la veille. Cette habitude funeste de prolonger la veille trop avant dans la nuit, n'a pas seulement l'inconvénient de priver d'un repos nécessaire et réparateur, mais elle conduit à des intempérances inévitables et nécessaires, pour tenir les sens dans une activité permanente; de là résulte une grande irritabilité nerveuse, source de malaises insolites, à l'égard desquels la médecine se montre si souvent impuissante. En raison de ces circonstances et de l'éduca-

tion, nulle part les avortemens et les accouchemens laborieux ne sont plus nombreux que dans les classes privilégiées (1), où l'existence est plus nocturne que diurne, où les facultés de l'entendement sont plus développées, où sans cesse les femmes sont exposées à de nouvelles impressions.

Même les arts les plus enchanteurs, ne sont pas toujours sans inconvéniens pendant la grossesse. Si dans l'état ordinaire de la vie, les femmes ne peuvent point se soustraire aux effets puissans de la mélodie, à plus forte raison lorsqu'elles promettent d'être mères. Renouvelées trop souvent, les vives émotions que peut produire une musique accentuée ne seraient point sans danger, alors que les femmes sont douées d'un surcroît de susceptibilité. Si nous avions encore quelques préceptes à donner à celles qui se trouvent dans cette situation,

---

(1) Le marquis de Mirabeau, *Traité de la pop.*, 2e partie, p. 306

ce serait d'éviter de chanter des morceaux de longue haleine, ceux où il faut parcourir d'un seul trait toute l'échelle diatonique, où il se présente des espaces immenses à franchir, qui exigent de grands efforts; en outre de ne point s'exercer sur des instrumens avec lesquels il faut être en contrat immédiat, la harpe, la guitare, par exemple, dont les vibrations en se transmettant produisent à la longue un malaise que reconnaissent la plupart des personnes qui jouent de ces instrumens.

Les scènes tragiques sont susceptibles de produire des émotions beaucoup plus vives encore que les scènes lyriques. On s'identifie pour ainsi dire avec les principaux interlocuteurs d'un drame. Sur un être naturellement sensible et facile à émouvoir, que doivent donc produire ces fictions que l'art transforme en réalité?

Les anciens beaucoup mieux que nous avaient senti la nécessité d'éloigner les femmes enceintes de tous les tableaux qui

la vue est pénible. Pourquoi donc la police, si vigilante et si tracassière dans l'Europe moderne, néglige-t-elle d'éloigner même des lieux d'assemblées publiques les objets capables d'affecter l'imagination des femmes enceintes. Il y aurait sans doute de l'inhumanité à priver de leur liberté ceux qui sont atteints de maladies repoussantes et d'infirmités horribles, mais cependant l'intérêt général et l'hygiène publique légitimeraient de pareilles mesures, dès lors-qu'elles n'atteindraient que des individus qui pour la société sont encore au-dessous de la nullité. Il serait à souhaiter que le projet d'éteindre la mendicité entrepris au sein de la capitale, par les soins d'un magistrat aussi philanthrope qu'éclairé, fût adopté et suivi non seulement dans le reste de la France, mais chez toutes les nations civilisées. Nous ne serions plus aussi souvent attristés par ces tableaux hideux et repoussans qui produisent de si funestes

impressions sur l'imagination des femmes (1).

Les nombreux accidens qui surviennent dans l'état de grossesse, et qu'on peut considérer comme autant de cas maladifs, résultent le plus souvent de l'extrême excitabilité des sens. L'ouïe et l'odorat sont quelquefois si susceptibles chez les femmes enceintes que le moindre bruit leur est insupportable, et la plus légère odeur incommode; nécessairement les fortes détonations doivent produire en elles des secousses violentes et même dangereuses; aussi doit-on empêcher qu'elles s'exposent à les entendre quand elles n'y sont point accoutumées ou au moins préparées.

Une des pratiques les plus pernicieuses aux femmes enceintes, que l'ignorance perpétue et dont le charlatanisme profite est celle de la saignée. Beaucoup de femmes sont si persuadées de son utilité, qu'elles

---

(1) Voyez notre *Éducation sanitaire des enfans*, chap. Grossesse.

ne manquent jamais, et le plus souvent sans nécessité, d'en user quatre à cinq fois à chaque grossesse. C'est tout-à-fait à tort que la plupart des praticiens attribuent à la pléthore sanguine toutes les indispositions qui se manifestent pendant la gestation et croient y remédier par la saignée. Aussi voyons-nous des femmes qui, malgré leur complexion délicate, sont soumises cependant aux indications de cette fausse théorie. Parmi le peuple surtout on use souvent de la saignée. Il n'est point inutile de prévenir ici que les sage-femmes et certains accoucheurs font tout pour entretenir cette coutume. En conseillant la saignée et la pratiquant eux-mêmes, ils gagnent déja la confiance des femmes pour les assister dans leur accouchement. Il ne faut point craindre de révéler de tels abus dont les funestes conséquences n'échappent au commun des esprits que parce qu'elles n'arrivent point immédiatement après ces pratiques dangereuses.

En signalant l'inutilité ou les dangers de la saignée ce n'est point la défendre, mais c'est avertir les femmes enceintes qu'elles ne doivent suivre d'autre règle de conduite que celle que leur trace le médecin éclairé. Nous observerons que beaucoup de malaises qui sont attribués à la pléthore sanguine reconnaissent toute autre cause. Les étourdissemens, les maux de tète, les lassitudes et le défaut d'appétit, etc., sont les plus souvent dus à la constipation à laquelle la plupart des femmes grosses sont sujettes, par le fait d'une cause tout-à-fait mécanique. Toutes ces indispositions cèdent ordinairement en rétablissant la liberté du ventre.

Dans ces rapports avec l'hygiène de la femme, l'accouchement offre les considérations les plus importantes. Les circonstances de cette opération n'étant point constamment les mêmes, il n'est pas inutile de signaler ici les inconvéniens et les accidens qui peuvent résulter d'une pratique mal entendue.

Il est fâcheux que l'on n'ait point jugé de toute l'incapacité des femmes pour seeonder la nature dans la plus importante de ses opérations. Entre les mains du plus grand nombre, eet art utile n'est fondé que sur la routine et l'empirisime le plus grossier qui en somme est plus nuisible que profitable à la société. La pratique des accouchemens devrait donc appartenir uniquement à ceux qui exercent toutes les parties de l'art de guérir, ou réservé à quelques-uns qui s'y adonneraient exclusivement. Il ne faut point penser que tous ceux qui se livrent à l'exercice de la médecine soient capables de devenir habiles dans l'art obstétrique, où il faut plus d'habitude, d'adresse et de dextérité que de science, plus de prudence et de circonspection que de génie.

Rien sans doute n'ébranle davantage la fermeté que les cris de la douleur et de l'impatience. Pour y mettre un terme, est-il donc nécessaire de brusquer la nature

et de devancer ses intentions? Aucun autre sentiment que celui de l'humanité ne nous porte à dire que des accoucheurs se croient trop souvent obligés de faire preuve d'habileté en usant avec trop de précipitation et sans discernement de moyens que la patience rendrait inutiles. A quoi bon ces attouchemens si fréquens, ces vaines tentatives de dilater le col de l'utérus, et d'aller même jusqu'à le dilacérer pour hâter la délivrance? Les uns fatiguent la femme et ralentissent le travail (1), les autres sont presque toujours suivies d'accidens plus ou moins graves, et font que le rétablissement des nouvelles accouchées est toujours long. S'il en était besoin nous pourrions invoquer

---

(1) Le praticien exercé distingue parfaitement par les cris, les douleurs qui portent de celles qui ne portent point; dans cette circonstance son oreille l'instruit tout autant que le toucher.

le témoignage d'habiles accoucheurs qui, dans quarante ans de pratique, n'ont rencontré qu'un très-petit nombre de cas où ils ont été obligés d'avoir recours à des manœuvres violentes.

Évitons encore de faire prendre aux femmes dans le travail de l'enfantement, ces postures fatigantes et ridicules, ainsi que le font beaucoup d'accoucheurs; et surtout de les laisser découvertes et en évidence. Déjà, par lui-même, l'accouchement est une opération assez dégoûtante sans y ajouter tous ce que réprouve la pudeur et la décence. Les yeux de l'accoucheur sont ses doigts; la meilleure position est la plus naturelle et la plus facile à tenir. Nous devons proscrire également les boissons fortes et excitantes que les matrones recommandent pour soutenir les forces et aider la délivrance. De nos jours quelques médecins préconisent le seigle ergoté pour hâter l'accouchement. Ce moyen n'a point encore

été expérimenté par nous ; mais nous croyons que ce remède qui est venu enrichir notre pharmacopée comme beaucoup d'autres, n'aura d'efficacité que tant qu'il pourra être mis au rang des nouvelles découvertes.

—

CHAPITRE V.

DE L'ALLAITEMENT.

Jusqu'alors tous ceux qui ont traité de l'allaitement maternel, l'ont envisagé moins sous le point de vue sanitaire que sous le point de vue moral. Comme individuellement on tient plus à sa santé qu'aux mœurs, il eût donc mieux valu parler de l'une que plaider la cause des autres; en conduisant

à un but ou ne pourrait manquer de conduire à l'autre.

Toutes les femmes sont appelées par la nature à allaiter leurs enfans ; celles qui ne s'acquittent pas de ce devoir, ne s'exposent pas seulement à tous les accidens immédiats qui peuvent résulter de la diathèse laiteuse, mais encore à une foule d'indispositions ou de maladies consécutives longues et opiniâtres très-souvent. Le lait étant le produit d'un travail qui ne dure qu'un certain tems, peut donc être considéré comme une humeur accidentelle, qu'il faut incessamment porter au dehors par la voie qui lui est préparée. Détourné de son cours naturel, repoussé dans les routes communes des autres fluides, il ne saurait les parcourir sans déranger l'équilibre et l'harmonie de toutes les fonctions.

Lors même que la rétropulsion du lait se fait régulièrement, et que la nature en débarrasse l'économie par les divers émonctoires qui lui sont ouverts, jamais encore ce

transport ne s'effectue sans quelques dérangemens dans l'ordre des évacuations. En général les mères qui n'allaitent point sont plus long-tems à se remettre, et c'est le plus petit nombre qui n'a point à se plaindre des suites de couche, et qui n'éprouve pas quelque retard ou certains dérangemens dans le rétablissement de la menstruation. Chez les femmes aussi qui n'allaitent point, les fleurs blanches sont aussi fréquentes qu'elles sont rares chez les autres.

Sous le point de vue sanitaire, l'allaitement peut être considéré comme essentiel à la condition naturelle des femmes. On ne saurait nier que, pendant le nourrissage, la plupart sont affranchies de maladies, et beaucoup, d'une santé d'abord incertaine et d'une constitution équivoque, deviennent mieux portantes après un premier allaitement. Toutes ces considérations devraient être plus que suffisantes pour engager les femmes à ne point se démettre

d'une obligation si bien d'accord avec les intérêts de leur santé, et si favorable en même tems à la conservation de quelques précieux attributs de leur sexe. La fraîcheur, l'embonpoint et la gorge disparaissent bien plus vite chez celles qui ne nourrissent point.

Les circonstances physiques de l'allaitement ne sont point les seules qui tournent à l'avantage de la santé des femmes qui remplissent ce devoir. De la part d'une mère qui veille sans cesse à la conservation du fruit de son amour, ces soins, ces attentions, cette tendre sollicitude sont autant d'heureuses obligations imposées à un cœur qui naturellement a besoin de se multiplier. Otez à la femme tout sujet d'affection, privez là des moyens de répandre au dehors sa sensibilité toujours surabondante, affranchissez enfin son âme essentiellement faible, des douces inquiétudes au milieu desquelles elle se complait, dès lors n'étant plus dominée que par son

imagination, elle ne sera plus qu'un être fantasque et bizarre.

Au physique, beaucoup de femmes sont hors d'état de nourrir. Celles de complexion frêle et délicate ne pourraient allaiter long-tems sans danger pour elles-mêmes, puisque l'espèce de fluxion que l'allaitement détermine vers les mamelles ne s'effectue qu'aux dépens des autres parties. Quand cette révulsion est disproportionnée à l'état général des forces, il s'ensuit bientôt l'amaigrissement, l'épuisement et le marasme. Aussi lorsque la santé se trouve altérée par le seul fait de l'allaitement, il est toujours prudent, de la part d'une femme, de ne point persister à nourrir. Les jeunes femmes qui deviennent mères avant leur entier développement, ne peuvent que ralentir et même arrêter la croissance en nourrissant. Il est constant que celles qui nourrissent avant l'accomplissement de forces physiques, perdent leur embonpoint

et leur fraîcheur, tandis qu'après leur entier développement, elles peuvent sans inconvéniens remplir toutes les obligations de la maternité ; les femmes même qui n'y sont appelées que tardivement, bien loin de perdre en santé et en fraîcheur semblent au contraire rajeunir.

Est-il des maladies aiguës ou chroniques, constitutionnelles ou éventuelles qui doivent exclure les femmes de l'allaitement dans l'intérêt de leur propre santé? Tous les praticiens sont pour l'affirmative, mais nous n'oserons nous prononcer sur cette importante question. Cependant si dans le cours de l'allaitement une femme est surprise par une maladie aiguë, loin de lui ôter son nourrisson nous persistons à ce que rien ne soit dérangé dans l'ordre des choses existantes. Sur ce point nous sommes parfaitement d'accord avec feu Chaussier, qui blâmait vertement une conduite opposée. De nombreuses observations sont venues non-seulement

justifier ce plan de conduite, mais nous convaincre qu'il était le plus sage et le meilleur.

Dans les cas de maladies chroniques, l'allaitement ne saurait non plus être nuisible à celle qui nourrit. Nous connaissons plusieurs femmes sujettes à des douleurs rhumatisantes et arthritiques, à des névralgies périodiques, qui n'ont jamais recouvré de mieux qu'avec l'allaitement.

Mais de toutes les maladies qui peuvent coïncider avec la maternité, il n'en est point qui puissent mieux nous faire juger de l'influence de l'allaitement sur l'ensemble des lois organiques, que la phthisie pulmonaire, soit constitutionnelle, soit éventuelle. La plupart des médecins considèrent le mariage comme essentiellement nuisible aux phthisiques. Dans le fait, oui : mais non dans le but. Dans une intéressante famille quatre sœurs ont succombé à la phthisie pulmonaire, mais non point par rang d'âge; l'aînée et les deux plus jeunes sont mortes de

dix-huit à vingt ans ; la cadette mariée de bonne heure a vécu jusqu'à vingt-six ans. Si celle-ci a dépassé le terme de ses sœurs, nous croyons devoir l'attribuer à trois grossesses et à deux allaitemens. Nous sommes donc entièrement convaincu, non d'après une pure opinion, mais d'après les faits que la grossesse et l'allaitement loin de hâter la fin des femmes phthisiques ne peuvent que reculer les bornes de la vie.

Ce que nous venons de dire de la phthisie pulmonaire, s'applique peut-être encore mieux aux maladies organiques commençantes de l'utérus. Une femme que nous connaissons, et qui succombera à une pareille maladie, quoique portant tous les signes d'une bonne santé, serait sans doute aujourd'hui beaucoup plus malade si depuis six ans elle n'eut point fait plusieurs enfans qu'elle même a nourris. Hors l'état de grossesse et le tems de l'allaitement, elle est constamment d'une santé chancelante ; les règles ne sont point comme dans l'état na-

turel, c'est plutôt un écoulement sanguinolent d'une odeur fétide, qu'une véritable menstruation, toujours accompagné et précédé de douleurs dans le bas-ventre et vers la chute des reins.

CHAPITRE VI.

DE L'ÉPOQUE CRITIQUE ET DU RETOUR D'AGE.

Il en est de la disparition des règles, comme de leur première éruption; ainsi que cette dernière elle a ses anomalies et ses variétés. On voit des femmes qui perdent de très-bonne heure; ce sont ordinairement celles chez qui la première apparition avait été précoce; il en est d'autres, au contraire, qui sont réglées jusqu'à un âge très-avancé.

Nous voyons tous les jours une femme qui a atteint sa soixante-onzième année, et qui est parfaitement réglée. Il y a quelques années que nous avons été consulté par une dame de cinquante-deux ans, qui, dans un état de grossesse véritable, en douta jusqu'au moment de sa couche; aujourd'hui arrivée à cinquante-neuf ans elle est encore très-bien réglée. Chaque jour nous rencontrons des femmes qui ont passé la période ordinaire de la menstruation et qui voient encore. Il en est d'autres, au contraire, chez qui la menstruation cesse de très-bonne heure. Nous connaissons trois sœurs, qui, quoique bien portantes, ont cessé de voir de vingt-huit à trente ans. Ces faits sont autant d'exceptions à la loi commune; mais on peut dire en thèse générale, que les filles restent menstruées moins long-tems que les femmes; que celles qui n'ont point eu d'enfans voient moins long-tems que les autres; et que les personnes faibles cessent d'être réglées plutôt

que les femmes replètes et sanguines. En un mot toutes les circonstances qui éloignent le plus la femme de sa propre condition, sont autant de causes qui contribuent à faire disparaître la menstruation.

Cependant, il n'est point naturel que la menstruation cesse avant quarante ans, aussi dans la plupart des cas, cette cessation coïncide-t-elle avec quelque circonstance fortuite, une couche laborieuse, une maladie grave, quelques émotions vives, le chagrin, etc. On ne peut guères espérer, chez les femmes arrivées à trente-six ou quarante ans, de rétablir la menstruation quand elle se trouve arrêtée. Comme la nature peut encore avoir besoin à cet âge d'une évacuation qui lui était essentielle, il ne faut point perdre de vue les causes qui y ont donné lieu, et les dérangemens de santé qui en sont la conséquence. Les femmes dans cette position sont au moins sujettes à des maux de tête fréquens, à des migraines périodiques à ce qu'on appelle le

clou hystérique et à des cardialgies. Ces phénomènes pathologiques résultent tout-à-fait de l'action sympathique de l'utérus, et coïncident presque constamment avec le gonflement de cet organe. Quelquefois nous avons été étonné du volume extrordinaire qu'il avait acquis sans que pour cela il fut essentiellement malade.

Dans les cas de suppression menstruelle avant l'époque ordinaire, suivie de dérangement de santé, nous avons toujours regardé comme très-prudent d'y suppléer pendant quelques tems par des émissions sanguines légères et périodiques, telles que des applications de sangsues au siége, au haut des cuisses et à la chute des reins, même quelques saignées de pied. Nous ne saurions trop recommander ici d'entretenir la liberté du ventre, moins par l'usage des lavemens qu'à l'aide d'une nourriture et d'un régime appropriés à ce but. Car avec la suppression des menstrues coïncide presque toujours une augmentation de volume de l'u-

térus qui est ici un obstacle aux évacuations alvines, par le fait de la compression exercée par cet organe sur le rectum. Celui-ci sollicité par la présence des matières, fait éprouver le sentiment du besoin d'aller à la garde-robe ; mais ce besoin ne peut être satisfait alors qu'avec beaucoup de difficulté, ou les femmes s'épuisent en efforts inutiles. Qu'arive-t-il alors? que l'utérus déprimé et refoulé sur le rectum ajoute encore à l'obstacle déjà existant. Aussi quelques femmes disent elles qu'étant sur le siége, il leur semble que la tète d'un enfant veut sortir.

Ainsi, la suppression des menstrues, le gonflement de l'utérus et la difficulté des déjections, sont ici des accidens, causes et effets, dont on méconnaît trop souvent l'enchaînement. Si nous insistons à signaler ces circonstances, c'est pour mettre les femmes à même d'en apprécier toute l'importance, afin de se prémunir contre des conséquences plus graves. Dans cet état de choses l'exercice

loin d'être favorable est tout-à-fait contraire, à plus forte raison la fatigue.

Il est à remarquer que les changemens dans l'état de santé, et les phénomènes morbides qui peuvent résulter de la suppression précoce des menstrues, varient selon la constitution des individus. Les femmes maigres et d'un tempérament nerveux acquièrent souvent de l'embonpoint et de la fraîcheur, tandis que celles d'un tempérament lymphatique et sanguin perdent leur teint et maigrissent considérablement. Que la suppression ou cessation des règles soit le résultat ou la cause prochaine de quelques dérangemens dans les fonctions de l'utérus, toujours est-il que l'engorgement qui en est la suite immédiate reste souvent stationnaire et indolent chez les premiers ; chez les autres, au contraire, il est toujours inquiétant. Car il est notoire que le plus grand nombre des maladies organiques de la matrice s'observent chez les femmes replètes et de forte constitution.

A l'égard des femmes habituellement bien portantes et heureusement constituées, chez celles qui ont eu des enfans, l'époque ordinaire de la cessation de la menstruation est de quarante à cinquante ans. Cette révolution physiologique, quoique ne s'effectuant point de la même manière, est rarement accompagnée des orages et suivie des accidens que la plupart des femmes appréhendent. Tantôt une diminution plus ou moins marquée ou quelque retard, avertit la femme du changement qui doit s'opérer en elle; tantôt c'est un écoulement abondant qui se renouvelle à chaque époque, on vient à des intervalles plus ou moins longs. Dans les premiers cas il y a toujours quelques indices de pléthore sanguine, tels que des pesanteurs de tête, des engourdissemens dans les membres, des toux sèches ou muqueuses qui exigent souvent des émissions sanguines, plus ou moins abondantes et répétées selon l'intensité et la fréquence de ces indispositions. Les exercices du corps, sont de puissans auxiliaires

pour prolonger la menstruation, et prévenir, chez les femmes de forte constitution, ces embonpoints excessifs comme en offrent des exemples celles qui ne sont point tenues à des travaux journaliers fatigans. Une nourriture peu abondante et végétale, et la tempérance, sont autant de préceptes qui peuvent être profitables aux femmes arrivées à l'âge critique, puisque leur application tend à prévenir les accidens qui dépendent de l'exubérance des principes vitaux.

Quand la cessation de la menstruation s'annonce par des écoulemens abondans, la disparition absolue se fait bien moins attendre que dans les cas précédens. Quelquefois à des intervalles de plusieurs mois, les femmes sont prises comme de pertes utérines qui durent quelques jours, souvent même quelques semaines avec des intervalles plus ou moins rapprochés. Nous connaissons des femmes qui sont habituellement dans le sang et qui ne cessent point de se bien porter. Dans cette situation il leur importe ce

pendant beaucoup, d'éviter la fatigue et les violentes secousses, qui pourraient faire de ces hémorragies naturelles des hémorragies accidentelles inquiétantes; de se mettre en garde contre les émotions vives et de ne point s'exposer subitement à un froid vif qui, en arrêtant tout à coup cette évacuation, pourraient devenir cause d'inflammations utérines, d'hystématoses ou d'hydropisies, maladies toujours graves.

Ces ménorrhagies de l'âge critique, se renouvelant fréquemment, peuvent entraîner à un amaigrissement extrême, et jeter les femmes dans une cachexie inquiétante. Or, quand la faiblesse et la pâleur reconnaissent pour cause des pertes abondantes, il est bon que les femmes se tiennent dans un repos absolu et qu'elles s'interdissent toute espèce d'exercice physique. Il faut bien distinguer les pertes naturelles de celles qui dépendent de maladies organiques de la matrice, parce que le traitement

qui devient nécessaire dans ce dernier cas serait au moins inutile dans le premier.

Telles sont les circonstances principales et les plus importantes où puissent se trouver les femmes pendant la période de l'âge critique. Passé cet âge, n'étant plus soumises, comme tous les autres individus, qu'aux lois générales de l'hygiène, là devrait s'arrêter notre tâche; mais nous pouvons encore leur donner quelques avis, et les mettre en garde contre certaines maladies qui leur sont propres, et qui paraissent, sinon provoquées, au moins décidées par la révolution qui vient de se passer.

Quelque régulière que soit la cessation de la menstruation, elle influe toujours évidemment sur toutes les lois de l'économie. La nature, privée d'un émonctoire essentiel, doit donc rester indécise, sinon souffrante, plus ou moins de tems, et réduire la femme à un état de santé chancelant; mais les systèmes d'organes qui semblent

alors devenir plus susceptibles, appartiennent encore au système de la génération.

La menstruation cessant, les mamelles perdent de leur volume et s'affaissent, tandis que les ovaires acquièrent une grande disposition à passer à l'état de gonflement, et à devenir un centre de fluxion. Ces organes, précédemment si actifs et si importans pour la reproduction, ne semblent plus maintenant que conspirer à la destruction. D'où vient que la glande mammaire passe alors si facilement à l'état squirreux et carcinomateux, et que les ovaires deviennent si fréquemment le siége d'hydropisie? En appréciant toutes les circonstances physiologiques où se trouvent les femmes, nous pourrions arriver à la solution du problème; mais ce ne sont point celles-ci qu'il nous importe de faire connaître.

En y réfléchissant, on reconnaîtra que les maladies des mamelles et des ovaires tiennent aussi souvent à des causes extérieures qu'à des perturbations physiologi-

ques. Comme ce n'est qu'aux dépens du tissu graisseux qui compose la masse du sein que les mamelles perdent de leur volume, on conçoit que la glande mammaire, restant à nu ou simplement recouverte par les tégumens amincis, reposant sur le plan résistant que forment les côtes, alors les attouchemens, les coups, la pression des vêtemens et le froid, doivent l'atteindre plus facilement, que lorsqu'elle était enveloppée dans des coussins de graisse qui la protégeaient contre l'influence de ces agens extérieurs. Si nous pouvions persuader aux femmes pour qui l'heure de la retraite est sur le point de sonner, de ne plus se comprimer la gorge dans des corsets, et de maintenir habituellement une douce chaleur sur cette partie, beaucoup moins montreraient des inquiétudes légitimes, et offriraient des squirres au sein.

Après la menstruation, les maladies des ovaires sont encore plus fréquentes que celles des mamelles : dès lors, ces organes,

étant plus sujets aux pléthores sanguines, sont plus susceptibles de s'enflammer et de devenir le siége de maladies organiques. Si des préceptes hygiéniques ne peuvent point atteindre des dispositions latentes, ils peuvent du moins en prévenir les effets fâcheux. L'exercice, le régime diététique et les bains, sont plus que jamais indiqués aux femmes qui ont cessé de voir. Malheureusement l'inertie morale qui semble alors s'emparer d'elles interdit presque absolument l'un ; le chagrin de se voir délaissées les oblige pour ainsi dire à chercher l'oubli de l'ingratitude des hommes dans un nouveau genre de sensualité. Beaucoup alors adoptent toutes les habitudes de ceux-ci, et comme eux, recherchent les bonnes tables et sablent le bon vin. Heureuses enfin celles qui, ayant changé de condition, ne perdent point de vue les obligations que leur impose encore leur constitution primordiale.

Quoique la vieillesse soit plus hâtive pour

la femme que pour l'homme, elle ne succède point immédiatement à la cessation des règles, et, bien que la nature, satisfaite dans ses vœux, néglige les moyens par lesquels elle est parvenue à son but, la femme cependant ne perd pas entièrement son éclat. Il est encore un tems, mais trop court sans doute, où elle intéresse par un reste d'attraits qui lui rappelle ceux qu'elle n'a plus. Écoutant cet instinct qui ne lui a jamais fait envisager d'autre bien que celui de plaire, c'est alors qu'elle redouble d'efforts pour arrêter les ravages du tems, et qu'elle déploie toutes les ressources de la toilette pour les déguiser. Mais cette stratégie finit par devenir impuissante ; l'embonpoint qui autrefois modelait ces formes séduisantes, disparaît tout-à-fait, cette force expansive qui dessinait ces contours gracieux a cessé, et la femme ne peut plus contester le titre de vieille.

Comme rien ne peut prévenir ce dépérissement gradué, bornons-nous à lui conseil-

ler de jouir des droits respectables que les fonctions qu'elle a remplies lui ont acquis. Au sein de la quiétude domestique, objet des affections et de la tendresse filiale, elle trouvera une source inépuisable de félicités qui seront plus que suffisantes pour lui faire oublier les illusions de l'adolescence et les jouissances de l'âge mûr.

—

DEUXIÈME PARTIE.

CHAPITRE VII.

DU RÉGIME DIÉTÉTIQUE.

Dans un Traité d'hygiène spéciale, tel que celui-ci, il reste peu de choses à dire sur la partie diététique qui soit digne de fixer l'attention de nos lectrices. Sur ce point, l'habitude et les goûts, sont autant de lois qu'on ne peut point espérer de réformer : aussi, ce que nous avons à dire, se bornera à quelques réflexions sur les effets généraux de la diète habituelle que

tiennent les femmes dans les diverses positions sociales.

En général, les femmes consomment moins que les hommes, et il leur faut une nourriture moins substantielle, autant d'après leurs propres besoins que d'après leurs goûts; nous voyons très-peu d'entre elles s'adonner aux jouissances de la table avec la même sensualité que nos gourmands titrés. C'est assurément à cette tempérance naturelle, qui s'allie si bien à leurs obligations, que les femmes doivent l'heureux privilege d'être pour ainsi dire exemptes de maladies dont les hommes offrent de si nombreux exemples, telles que les éruptions de la peau, les catarrhes de la vessie, la goutte, de même aussi que la perte et l'albicité des cheveux.

Mais quelque influence que puisse avoir le régime diététique sur la constitution individuelle, cette influence est plus marquée chez un sexe que chez l'autre. Il y aura toujours moins de différence entre l'homme

des champs et le citadin opulent, qu'entre la paysanne et la femme du riche financier. Celle-ci, qui ne se substante que de mets fins et recherchés, se réglant moins sur le besoin que sur des caprices et des fantaisies, ne sera souvent que d'une santé languissante ; tandis que l'autre, qui n'aura d'autre office que son verger, offrira toutes les conditions d'une bonne santé. Sous le rapport de la santé habituelle, il y a donc une grande différence entre les personnes dont le régime se borne au nécessaire, et celles qui tous les jours composent avec leur appétit.

Les alimens tirés du règne végétal, semblent mieux s'adapter à la constitution naturelle des femmes que ceux tirés du règne animal. Telle femme habituée à une nourriture simple, est toujours d'une meilleure santé que telle autre qui vit au sein du luxe et de l'abondance. Les femmes qui consomment peu de viande, offrent rarement cet embonpoint excessif du côté du ventre,

état qui, bien qu'en apparence il soit un luxe de santé, n'en déguise pas moins quelque état maladif des ovaires. Ce sont principalement les viandes préparées et celles de gibier qui conviennent le moins aux femmes. Éminemment excitans, ces sortes d'alimens développent beaucoup de chaleur vers les entrailles; leur usage fréquent ralentit le cours des excrétions, et détermine à la longue une sorte de pléthore de tout le système veineuxabdominal, d'où peut résulter un état de turgescence habituelle de l'utérus. Il est bon de remarquer enfin que les femmes carnivores sont plus exposées aux accès hystériques que les autres: et que, dans cette circonstance, leur appétit pour les viandes salées, épicées et celle du gibier faisandé, est plus constant, par le fait des dérangemens nerveux déterminés dans le principe par un régime mal approprié.

Ce n'est point tant l'usage des substances qui forment la base de la nourriture qui apporte des modifications dans la constitu-

tion des individus, que la consommation de certains assaisonnemens appelés épices. Les espèces qui renferment beaucoup d'huile essentielle éminemment excitante, par exemple, le girofle, la muscade, la canelle, le poivre, le gingembre, etc., n'agissent pas seulement sur le système de la digestion, mais elles exercent sur celui de la génération une influence qu'on ne peut méconnaître. En exaltant la sensibilité de ce dernier système, souvent elles peuvent être cause de névroses utérines, d'autant plus à craindre encore que les femmes sont plus délicates (1).

---

(1) Un travail fort important serait celui qui aurait pour objet de déterminer le mode d'action des alimens en particulier sur les lois de l'organisation. Quelques espèces alimentaires fort recherchées n'obtiendraient peut-être plus la préférence sur beaucoup d'autres moins estimées quoique plus salutaires. Du nombre de celles-là il faudrait mettre au premier rang l'asperge. La propriété dieurétique reconnue à ce végétal n'est

Abstraction faite de la nature des alimens, la quantité de nourriture que consomment les femmes varie peu en tant qu'elles se trouvent dans les mêmes conditions; mais, dans l'état de santé, les circonstances qui influent le plus sur leur appétit habituel tiennent à l'éducation. Le système qu'on suit dans les institutions scolaires, quant à ce qui appartient au régime diététique, est bien loin d'être à l'avantage des élèves. Une demi-heure pour chaque repas est un espace trop court, si l'on fait

---

réelle que par l'excitation qu'il porte sur tout le système génito-urinaire. La chaleur incommode, l'envie fréquente d'uriner qu'il cause, l'odeur putride qu'il communique aux urines sont autant de raisons qui devraient en faire proscrire l'usage. D'après la nature des principes chimiques que renferme l'asperge, il est suffisamment établi, quoiqu'en dise M. Tollard, qu'on ne peut point la mettre au rang des mets les plus nourrissans et des plus précieux herbages légumiers.

attention qu'il y en a la moitié de perdue en retard ou en anticipation pour raison d'amusement. Ce tems est encore insuffisant pour que l'appétit se décide en faveur de l'éternel morceau de bœuf, du plat de lentilles ou de haricots. Véritablement, pour ces pauvres enfans, l'heure du repas n'est donc pas le moment le plus heureux du jour? Aussi, beaucoup font-elles simplement acte de comparution, et s'envolent avec un morceau de pain, qui compose souvent tout leur dîner. La satiété et le défaut de tems ne sont point les seules causes qui empêchent les pensionnaires de se substanter suffisamment, mais l'état de gène dû à la présence de corsets toujours trop serrés, les empêche encore souvent de satisfaire leur appétit. Examinons les jeunes personnes qui ne sont point assujéties à la discipline des pensionnats, nous verrons qu'elles sont toujours de bon appétit, et d'une meilleure constitution.

Ce que nous disons des corsets à l'égard

des jeunes personnes, s'applique aussi bien aux femmes du monde. Celles qui n'en portent point mangent beaucoup plus que les autres. Peu manger est passé en précepte de bon ton; mais ce précepte, fidèlement observé par nos merveilleuses, n'est venu qu'après l'observation; car, dans les repas d'apparat, il est physiquement impossible que les femmes, guindées dans des corsets fortement serrés, puissent se substanter suffisamment; ou bien celles dont la sensualité l'emporte sur l'état de gène auquel vient ajouter la réplétion de l'estomac, quittent la table avec quelque malaise, suivi de maux de nerfs ou d'indigestion. Toutes ces indispositions n'arrivent point lorsque, dans leur intérieur, les femmes mangeant beaucoup plus, se trouvent dégagées de l'appareil gênant que leur impose l'étiquette.

Les boissons semblent encore apporter dans les habitudes corporelles des changemens plus marqués que les alimens solides. On ne saurait user long-tems du même

aliment sans qu'il s'en suive la satiété ; mais chaque jour, à tout moment, c'est avec la même sensualité qu'on prend certaines boissons : il est donc moins facile d'éviter l'abus des liquides que celui des solides. Si les excès en ce genre sont plus rares chez les femmes, ils sont aussi bien autrement dangereux pour elles. Toute chose égale d'ailleurs, la dégradation physique et morale qui résulte de l'abus des boissons et des liqueurs fortes, est aussi plus prompte et plus ignoble que chez les hommes. L'abstinence absolue de toutes les boissons préparées serait peut-être préférable à leur usage habituel ; car assurément les femmes qui ne boivent que de l'eau sont aussi bien portantes que les autres.

Bornons nos réflexions à dire que toutes les boissons vineuses, alcooliques, les infusions théiformes, s'adaptent moins bien à l'organisation des femmes qu'à celle des hommes. En effet, observons la constitution sanitaire des premières dans les diver-

ses conditions de la société, et nous trouverons des différences toujours à l'avantage de celles pour qui les plaisirs de la table se bornent aux seuls besoins. Chez les femmes du monde, les maux de nerfs, les vapeurs, les maladies organiques, sont plus fréquentes qu'ailleurs, par cette raison qu'elles sont plus exposées au genre d'intempérances que nous signalons.

Se mettre en opposition ouverte avec les goûts universels du monde, combattre les besoins sensuels auxquels même l'humilité évangélique ne peut se soustraire, paraîtrait aux optimistes une morale erronée, si les faits n'étaient point là pour l'étayer. Comme nous avons l'expérience et au besoin le raisonnement, nous croyons cependant donner aux femmes de sages avertissemens, en les prévenant sur les inconvéniens de l'usage habituel du café, du thé et des boissons à la glace. Toutes ces choses prises à des heures inopportunes doivent être encore plus pernicieuses. Nous en ap-

pelons à tous les hommes de l'art, même aux esprits éclairés qui y sont étrangers: qu'ils disent si, parmi les femmes qui mangent, boivent, veillent et se couchent quand les autres digèrent, dorment et se lèvent, il n'y en a pas plus de malingres que de bien portantes. Malheureusement l'événement a trop souvent justifié notre pronostic à l'égard de quelques femmes, et rarement nous nous sommes trompés en assignant un terme à leur existence, calculé sur leur manière de vivre. Enfin, demandons aux dépens de quelle classe de la société s'agrandit chaque jour le cadre nosologique, où se trouve le plus de gastro-entérites, de maladies organiques d'estomac, de l'utérus et d'affections insolites? on nous répondra que c'est dans les classes les plus élevées par leur fortune, parmi celles qui consomment plus par sensualité que par besoin.

—

CHAPITRE VIII.

DE L'ÉDUCATION CHEZ LES FEMMES,

Considérée sous le point de vue hygiénique.

Chez la plupart des femmes l'éducation tient plus de l'exemple que des préceptes. Les parens sont les premiers et souvent les seuls instituteurs de leurs filles. L'éducation domestique serait la meilleure que pussent recevoir les femmes, puisqu'elle serait mieux d'accord avec leur destination. Mais les progrès de

la civilisation, la rendent aujourd'hui insuffisante pour les classes les plus élevées de la société, et la multiplicité des occupations en ôte tous les moyens aux parens. D'ailleurs nous sommes loin de ces tems où les femmes n'étaient tenues qu'aux obligations essentielles d'épouses et de mères ; nous vivons au contraire à une époque où les besoins de la vie sont si multipliés, qu'il est nécessaire que chaque individu puisse se suffire à lui-même, et donner autant qu'il reçoit. Car quel homme d'assez mauvais goût, ou mieux assez désintéressé, voudrait employer le superflu de son intelligence, de son savoir et même celui de sa fortune, au profit de la femme qui ne lui apporterait rien de plus que le bon sens nécessaire à remplir ses devoirs et ses obligations domestiques comme épouse et mère. Assurément cette petite monnaie passe difficilement dans le monde éclairé, et on ne s'en tient plus à d'aussi minces valeurs. Une éducation soignée et embellie de talens est devenue la condition essentielle

des femmes du jour ; quand la dot manque ce sont les premières choses qui entrent en ligne de compte.

Le marquis de Mirabeau dans son *Traité de la population*, observe que les femmes d'une éducation distinguée n'étaient point les privilégiées de la santé. Il est constant en effet, que la santé publique dans les régions élevées du monde est plus en souffrance chez les femmes que chez les hommes. Où en est la cause, sinon dans l'éducation portée chez les premières au delà de ce que permettent les forces physiques. Les petites filles en général sont susceptibles d'acquérir dans un tems donné plus que les garçons de même âge. Avec de telles dispositions on pressent combien il est facile d'exalter en elles toutes les facultés instinctives aux dépens des facultés physiques, et de changer l'ordre de distribution des unes et des autres. L'éducation des femmes appelées à briller dans le monde est d'autant plus pernicieuse qu'elle n'a rien de spécial et qu'elle

ne repose sur aucun plan arrêté : tout marche de front, l'étude des langues, l'histoire, la géographie, le dessin, la musique, etc. Nous voyons de ces pauvres enfans qui n'ont pas moins de quatre ou cinq maîtres à satisfaire par jour, tâche que la tête la mieux organisée et la plus forte ne saurait fournir.

Si l'éducation forcée se tournait toujours au profit des individus, on devrait applaudir à la sollicitude des parens qui cultivent les heureuses dispositions des jeunes personnes ; ou qui par les promesses et les récompenses arrachent quelques fruits à un sol ingrat. Mais malheureusement l'expérience démontre qu'elle est plus nuisible que profitable. Aussi, combien la société a-t-elle à déplorer de pertes prématurées dans les conditions les plus élevées de l'ordre politique. Combien de jeunes personnes, de jeunes femmes succombent, soit à des maladies de poitrine, à des affections cérébrales presqu'endémiques ici, soit à des maladies éruptives, auxquelles ne peuvent point ré-

sister des complexions débiles, et quelquefois dans un état de consomption dont la nature de la cause écha pp même aux esprits les plus pénétrans. Si nous opposons aux femmes des rangs élevés, celles de la simple bourgeoisie qui ne reçoivent qu'une éducation primaire, nous trouverons des différences étonnantes entre les unes et les autres, mais toujours à l'avantage de celles-ci. Ces différences deviendront encore plus évidentes si nous passons aux classes inférieures, sans arriver cependant jusqu'à celles que dégrade l'ignorance et la misère.

Espérons que les progrès de la raison humaine, en nous éclairant sur la véritable destination des femmes, nous avertiront que les conditions physiques chez elles sont pour le moins aussi importantes que les conditions morales; qu'en sacrifiant trop à celles-ci, on immole trop souvent le bonheur et la prospérité des familles et les plus chers intérêts de la société. Douées d'un esprit fin et délicat, les femmes s'ins-

truisent facilement, et l'observation et les exemples peuvent chez beaucoup d'entr'elles tenir lieu d'études ardues, et souvent même sont préférables à une éducation toute spéculative. Au sein du monde civilisé elles ont bientôt acquis le ton, les manières et la faconde qu'on appelle le langage de la bonne compagnie. Les plus aimables, les plus spirituelles ne sont pas toujours les plus instruites.

Ce n'est qu'en envisageant l'éducation dans ses spécialités qu'on peut encore mieux en apprécier les influences. Il n'en est point de plus à craindre pour les jeunes filles, que celle qui repose entièrement sur les pratiques de dévotion et les instructions pieuses. Comme ici la première éducation est en dehors du domaine de la raison, c'est au sens qu'il faut parler, c'est l'imagination qu'il faut frapper et ébranler. Nous n'entendons point parler ici des appels fréquens et réguliers vers des pratiques pieuses indispensables alors que la foi est insuffisante pour

maintenir la pensée habituelle de Dieu. Mais de ces lectures qui ont pour objet d'imprimer dans ces tendres âmes l'idée des peines et des châtimens dont il n'y a point d'exemple dans ce bas monde. Ce n'est point sans pitié que nous voyons des institutrices dévotes s'appesantir sur la description de l'enfer, effrayer l'innocence en la menaçant pour des puérilités de damnation éternelle. De telles impressions sur des âmes faibles influent beaucoup plus qu'on ne le pense sur l'état physique et moral des individus. Dans une institution religieuse que nous connaissons, plus sous les auspices du fanatisme que sous l'invocation de la charité chrétienne, l'éducation que les jeunes personnes reçoivent, est si peu conforme à la raison, à la religion et à l'humanité qu'un grand nombre y succombent. Une diète insuffisante pour le maintien de la santé, une discipline non sévère, mais atroce, des pratiques de dévotion à toute heure du jour et de la nuit, des instructions plus capables de déranger

l'équilibre de la raison que de la rendre valide, sont les bases du régime de cette maison. Veut-on savoir quel est le fond de l'enseignement au sein de cette institution ? apprendre à n'aimer que Dieu et les prêtres, à mépriser le genre humain, à détester et fuir les hommes comme des animaux venimeux, couverts d'opprobre et de souillures ; en somme, à former des êtres bruts, fanatiques et ignorans. Nous avons vu quelques pauvres enfans sorties de ce guêpier féminin institué pour la plus grande gloire de Dieu ; qu'on se figure des sauvages au regard sombre et farouche, vivant dans l'isolement absolu, ayant perdu jusqu'au souvenir de la plus tendre affection, et affectant même un dédain plus qu'insultant pour les auteurs de leurs jours.

Ce serait une erreur de croire que l'éducation essentiellement religieuse, dirigée par un aveugle fanatisme n'ait que des conséquences morales. Les jeunes personnes qui donnent en plein dans la dévotion, sont la

plupart maigres, pâles, sujettes à des extases à des hallucinations et à des accès convulsifs. Un de ces êtres prédestinés, un prodige de lumière divine, dès sa dixième année édifiait les plus fervens dévots par son zèle et la pratique régulière de tous ses devoirs religieux. Au pain et à l'eau, quatre tems vigiles jeûnait, et le carême entièrement, voire le jeûne des cloches. Cette pauvre enfant, objet d'admiration de toutes les âmes pieuses, encouragée par d'imbéciles et coupables parens, a succombé à sa treizième année, victime d'un fanatisme dont il n'y a point d'exemples à un âge aussi tendre.

Que dans l'empire de l'ignorance, le despotisme de la dévotion trouve des victimes, rien de plus facile à concevoir. Mais qu'au sein de la capitale, dans des institutions religieuses, sous la protection des lumières de l'église, on immole l'humanité aux intérêts du ciel, c'est un crime de lèze-divinité. *Quis temperet a lacrymis :* Le fait

est récent, il date à peine de quelques semaines; qu'on en juge! Une jeune personne arrachée pour ainsi dire à ses parens, par un des siens, prêtre cupide et ambitieux, fut placée dans une des premières maisons de religieuses à Paris, tombe malade et meurt. Quoique la maladie de cette infortunée fut bénigne, au moindre redoublement de fièvre, elle était confessée, recevait le viatique ou l'extrême-onction, et dans l'espace de deux mois elle fut mise huit fois en état de grâce. Il faut ajouter encore que, presque mourante, elle fut portée de son lit à la chapelle pour y recevoir la confirmation, et que jour et nuit les saintes filles qui l'entouraient, par des lectures pieuses, exhortaient leur victime à la mort. Enfin le ciel en eut pitié, il la délivra de l'existence après l'avoir privée de la raison: *O fanatica error!*

Quelques circonstances dans la vie peuvent bien tempérer momentanément une ardente ferveur, reporter la pensée sur les

choses d'ici bas, mais elles ne sauraient prévenir le retour des excès de dévotion. Beaucoup d'enfans, de jeunes personnes, d'abord d'une piété édifiante, se relaxent des pratiques de la vie mystique pour redevenir plus tard dévotes minutieuses et martyres de leur zèle. Depuis que la milice noire est en campagne, il y a beaucoup plus de monomanies religieuses parmi les femmes que précédemment. Peu de tems avant sa mort, nous avons présenté au célèbre Chaussier, un mémoire à consulter sur un cas de monomanie religieuse: tous les jours, me dit le vieux médecin, je suis consulté sur de pareils faits. Il s'agissait alors d'une jeune mère de plusieurs enfans, l'épouse par excellence, l'espoir d'une famille des plus respectables, devenue insensiblement monomane à la suite des prédications furibondes des missionnaires. Cette intéressante personne, ayant suivi toutes les instructions de la mission, ne quitta plus les églises; ensuite se voua au jeûne, au

pain noir et à l'eau, se soumit aux mortifications de toute espèce, mourut enfin après six mois martyre d'un zèle aveugle.

L'expérience des tems démontre malheureusement qu'il n'est point de despotisme plus à craindre que celui de la dévotion, non point de cette dévotion dont on fait métier et marchandise, devenue obligatoire en face des exemples et des intérêts ; mais de celle qui tient à une intime conviction, à la grâce efficiente et à la grâce efficace, préparée par une éducation toute pieuse, développée par les cérémonies édifiantes du culte et les prédications chaleureuses des énergumènes de l'intolérance. Que n'ont point à craindre les parens et les époux, des Don Quichote de la religion, de ces foudres de Rome qui partout ne voient qu'incrédulité et impiété ! Ce n'est guère que sur des femmes qu'ils lancent l'anathème, parce qu'ils savent bien que leurs coups portent droit. N'avons-nous pas vu de ces malheureuses, assistant à ces prônes qui ayant pour texte,

la damnation, les peines éternelles et l'enfer, tomber dans de violentes attaques de nerfs, devenir mélancoliques et soucieuses, mépriser la vie et tout ce qui la rend précieuse, envisager la mort comme un bien et une faveur du ciel.

Quoique l'éducation chez les femmes ait rarement pour but une profession quelconque, beaucoup sont tenues cependant à des études et des exercices spéciaux qui ressortent ordinairement des beaux-arts, la musique, le dessin et la peinture. Aujourd'hui surtout dans les grandes villes, parmi les familles aisées il est peu de jeunes personnes qui ne soient tenues à apprendre le solfége. Une belle voix assurément donne de nouveaux charmes à la beauté, mais il ne faudrait point de l'étude d'un art d'agrément faire un exercice pénible et fatigant. On se donne beaucoup de peine pour apprendre à chanter aux jeunes personnes, et cependant la voix qui forme le chant est aussi naturelle que la voix qui

forme la parole, quoique Rousseau ait dit le contraire. Comme, l'enfant qui entend chanter se met facilement à l'unisson de la voix qu'il suit, il serait donc plus rationnel d'apprendre à ouïr la musique que de l'enseigner par la lecture. Ce serait le plus sûr moyen de donner aux enfans le goût de l'expression et les affranchir en même tems de l'étude rebutante des premiers principes.

La mélodie naturelle devrait toujours précéder la mélodie spéculative et celle-ci n'être que l'application et l'analyse de la première. La preuve que dans ses résultats cette méthode serait préférable à toute autre, c'est que le chant d'imitation ou appris par l'oreille, est beaucoup plus agréable que celui qu'on a appris par l'étude.

Si nos méthodes de chant sont assez perfectionnées pour conduire au but qu'on se propose, leur application néanmoins n'est pas toujours sans inconvéniens pour les jeunes personnes qui en subissent toutes

les épreuves. Supposons qu'on veuille faire commencer le solfége à l'enfant : à la première leçon le maître pourra bien lui faire parcourir sans peine toute la première octave de l'échelle diatonique, et forçant tous les jours un peu sa voix le conduire à un degré plus ou moins élevé de la seconde octave ; toutefois encore en ne lui faisant chanter que des gammes dont tous les tons sont également gradués; mais il en sera tout autrement quand il voudra lui faire dire des phrases de musique longues et soutenues. La voix alors manquera souvent à l'élève qui sera forcée de reprendre haleine, ou si elle peut soutenir tout ce passage elle arrivera à la fin presque exténuée. Pour peu qu'on prolonge la leçon l'élève sera bientôt fatiguée, la respiration deviendra précipitée, le cœur battera plus vite, et en un mot, tous les phénomènes de la vie s'écarteront momentanément de leur rhythme naturel.

A un âge où l'ensemble de l'organisme

n'est pas suffisamment consolidé, il est facile de concevoir que les exercices forcés du chant ne sont point toujours exempts d'accidens graves; et même on peut pressentir ce qui peut résulter des perturbations physiologiques qui en sont les conséquences immédiates. Dans l'état naturel, la respiration se partage en deux tems presque égaux, celui de l'inspiration, et celui de l'expiration. Or par le seul fait du chant, ces deux phénomènes ne se succèdent plus d'une manière régulière ni uniforme; l'inspiration s'effectue brusquement, tandis que l'expiration au moyen de laquelle la voix se soutient, dure dix ou vingt fois plus que la première: et quelquefois quand la phrase musicale se prolonge elle est forcée jusqu'à l'extinction. Le sang ne pouvant pénétrer dans les poumons instantanément contractés, dilate fortement les cavités du cœur, reflue dans les gros vaisseaux et les capillaires, alors on voit les veines du col se gonfler et la face devenir rouge. Par le seul fait de ces pertur-

bations, nous sommes autorisés à croire à beaucoup de maladies organiques du cœur, et à des phthisies pulmonaires. Il est à notre connaissance que plusieurs jeunes filles qu'on destinait à la scène lyrique n'ont pu continuer les exercices du chant, vu qu'elles étaient devenues sujettes à des hémoptysies graves et à des lipothymies fréquentes. Beaucoup d'élèves sont renvoyées du conservatoire pour cause de santé; bien cependant qu'on ait soin de ne recruter pour ce séminaire que des sujets bien portans. Ces considérations suffisent, ce nous semble, pour persuader qu'il n'est point sans inconvéniens ni sans danger d'apprendre à chanter de trop bonne heure aux jeunes personnes; qu'il est toujours prudent de ne point forcer la voix ni de prolonger l'intonation jusqu'au point de fatiguer la respiration.

Quoique réelles, les influences de la musique instrumentale sur la santé des femmes, sont moins évidentes que celles de la musique vocale. Il faut distinguer ici les effets

qui résultent des rapports immédiats avec l'instrument mis en jeu, de ceux que produisent les sons à distance. Dans le premier cas les vibrations qui successivement se communiquent, produisent une sorte de malaise et de lassitude générale. La harpe principalement a cet inconvénient : la caisse de cet instrument portant immédiatement sur la poitrine, communique à cette dernière cavité de fortes percussions, notamment quand on fait vibrer vigoureusement les basses.

Bien que les sons à distance agissent plus ou moins puissamment sur les individus, toujours est-il cependant qu'ils modifient de diverses manières la sensibilité. Les animaux mêmes expriment souvent le plaisir ou le malaise que leur fait éprouver la musique; certaines notes sensibles provoquent chez les chiens le hurlement; pour nous il est des tons plus agréables que d'autres. Chez quelques personnes la musique détermine le bâillement, chez quelques-autres elle stimule, porte à la joie, à la sa-

tisfaction, provoque la tristette ou cause de l'anxiété. Nous connaissons une dame qui sent le besoin de manger aussitôt qu'elle entend de la musiquè; un concert lui cause toujours au moins une indigestion. A la longue la mélodie modifie tellement la sensibilité, qu'en général les amateurs et les artistes de profession sont éminemment irritables, susceptibles de vives émotions; tous aussi sont peu chargés d'embonpoint.

Comme le dessin, la peinture, ne sont que des accessoires à l'éducation des jeunes personnes, et que rarement l'un et l'autre sont cultivés d'abord dans un but d'utilité ou d'une manière exclusive, il ne sera point question ici de leur influence sur la santé publique des femmes.

—

CHAPITRE IX.

DES PROFESSIONS CHEZ LES FEMMES.

Dans l'ordre social, les obligations qui sont imposées au sexe le plus faible sont rarement d'accord avec sa destination essentielle. Ou les usages le détournent de ses attributions véritables, ou des besoins individuels l'éloignent du but essentiel auquel il est appelé. Remarquons que de la double condition d'épouse et de mère, dérive une suite d'obligations plus que suffisantes pour

occuper tous les instans de la femme qui voudrait scrupuleusement les remplir. Or, les professions ne sont donc point le fait des femmes; ou, toutes les fois qu'elles n'ont point pour objet l'exécution en grand des actes qui se renouvellent chaque jour dans l'ordre domestique, elles sont de véritables dépravations morales. Car la femme n'est pas plus appelée à conduire la charrue et à tenir le sceptre des nations que l'homme n'est fait pour tenir l'aiguille et le fuseau. Il faut admettre en principe que le besoin et la nécessité seuls ont asservi les femmes à des occupations exclusives et spéciales. Dès que les classes riches et aisées ont pu se démettre à prix d'argent des obligations domestiques, on en a surchargé les classes pauvres et mal aisées. Aussi plus nous descendons dans celles-ci, plus les professions se multiplient et deviennent fixes. C'est encore dans ces dernières qu'on peut mieux étudier l'influence qu'elles exercent sur la santé, tant par le fait de leur spécialité.

que d'après le degré d'aisance qu'elles procurent.

Dans l'état actuel de la société, notamment dans les cités populeuses, les professions chez les femmes ne se bornent point à des travaux manuels; les beaux-arts et le commerce sont autant de carrières qu'elles embrassent et suivent avec le même succès que les hommes, mais avec des chances différentes sous le rapport de la santé. Quant aux beaux-arts, la déclamation, le chant et la danse sont à peu près les seuls exercices dont les femmes puissent faire leur profession. Quoique ces trois genres de taleus tiennent moins à la persévérance et au travail qu'à des dispositions naturelles, la pratique dont ils sont l'objet n'a point seulement des effets immédiats et instantanés sur l'ensemble des phénomènes organiques, mais renouvelée tous les jours, elle influe évidemment sur les habitudes corporelles de celles qui s'y livrent.

Remarquons que, dans la déclamation dra-

matique, l'imitation froide et calculée, et un débit méthodique, seraient insuffisans pour représenter fidèlement les personnages qu'on reproduit sur la scène. Une âme impassible et sans chaleur, nous donnerait une fausse idée de la malheureuse passion de Phèdre, de la jalousie d'Hermione et de la tendresse d'Andromaque. Outre la sagacité nécessaire à saisir de semblables caractères, il faut encore que l'imagination opère une substitution de lieux et de personnes, sans laquelle il n'y aurait rien de naturel ni de vraisemblable. Pour attendrir jusqu'aux larmes, il ne suffit point de peindre la douleur et le désespoir, il fau encore participer à l'une et à l'autre ; pour réveiller une généreuse indignation il ne suffit point non plus de simuler l'injustice et la cruauté, il faut encore être animé d'un sentiment de vengeance. L'âme doit nécessairement participer à toutes les actions qui émeuvent péniblement ou agréablement. Conséquemment l'art dramatique n'est donc pas sans inconvéniens

pour les femmes qui s'y vouent ; et il serait physiquement impossible à celles qui tiennent les emplois de premier ordre de paraître tous les jours sur la scène. Ce sont principalement les héroïnes de mélodrame qui sont les plus exposées aux secousses violentes des passions simulées, puisque ce n'est que par des efforts inouis qu'on peut rendre les caractères exagérés dont se composent les pièces de ce genre. Nous avons connu plusieurs actrices et débutantes d'un talent incontestable qui ont été forcées de quitter les premiers emplois de mélodrame pour raison de santé. Tout Paris a vu cette femme de bien, mademoiselle L..... : cette excellente actrice ne quittait jamais la scène sans avoir une extinction de voix, et très-souvent avec une dyspnée et un sentiment de suffocation qui persistaient plusieurs jours de suite. Encore jeune, elle a succombé à une maladie organique, que plusieurs praticiens célèbres ont regardée avec nous comme occasionée par les commotions violentes et successives

éprouvées sur la scène. Peu de nos célèbres tragédiennes ont offert des exemples de longévité : et nous admettons que si la plupart étaient sans aisance et sans fortune, et que si les soins dont elles s'entourent ne neutralisaient point les effets des exercices fatigans du théâtre, un très-petit nombre pourrait les soutenir long-tems.

La scène lyrique n'est point non plus tout-à-fait exempte d'inconvéniens pour les femmes qui y figurent habituellement. Les influences que peuvent avoir les exercices du chant sur les habitudes corporelles, seraient moins évidentes encore, si nos cantatrices de profession étaient dégagées des entraves d'une mise obligée quand elles se donnent en spectacle. Guindées dans un corset très-serré, la poitrine ne pouvant se dilater librement ni acquérir toute son amplitude, il est physiquement impossible qu'elles puissent dire des morceaux de longue tenue sans beaucoup d'efforts et de fatigue. Affranchies d'une toilette gênante, les femmes chantent mieux

et plus long-tems ; leur voix du matin n'est point celle du soir, l'une est plus ample et mieux assurée, l'autre plus retrécie et plus frêle. Ces différences tiennent assurément à l'état de liberté ou de gêne de la respiration.

Les modifications insolites qu'éprouve ce dernier phénomène, par le fait du chant et des circonstances qui en font un travail pénible, peuvent être suivies des mêmes accidens que nous avons énoncés dans le chapitre précédent. Pour se convaincre que l'exercice de la voix, devenu un travail exclusif et spécial, n'est point sans influence sur les habitudes corporelles des femmes principalement, il suffit de les interroger elles-mêmes sur les malaises qu'elles éprouvent à la suite d'une séance musicale, et de remarquer que la plupart (jeunes encore) sont forcées de quitter la scène pour raison de santé.

Ce que nous avons à dire de la danse, n'appartient point spécialement au fait de cet exercice même ; car la plupart des accidens

auxquels sont exposées les nymphes de nos ballets, ne peuvent résulter que de la transition d'un exercice forcé à un repos absolu, et d'un refroidissement subit dont elles ne sauraient toujours se garantir en quittant la scène. Des douleurs arthritiques, des rhumes fréquens sont des indispositions que les danseuses non-seulement ne peuvent éviter, mais encore toutes les femmes qui figurent sur les théâtres. Il serait tems enfin, que les administrateurs de ces établissemens fissent quelque chose en faveur de la santé de leurs employées qui, sous des robes légères et courtes, les bras nus et la poitrine découverte, sortant de leurs loges bien chauffées pour s'exposer aux courans d'air des coulisses et même souvent à un froid excessif, ne peuvent dans de pareilles circonstances éviter de graves indispositions. Il est de fait que les affections catarrhales pendant les saisons froides et même en tout tems, sont plus communes chez les actrices que parmi les femmes des autres conditions.

Ces incuries portent assurément les plus grands dommages aux administrations des théâtres, soit par les maladies qu'elles occasionent chez les bons sujets, soit qu'elles viennent subitement compromettre une réputation acquise, ou décourager un véritable talent, par le fait de leur influence instantanée. Le refroidissement subit des bras surtout, a une action presque immédiate sur les organes de la voix: et telle qui à l'instant même chantait à ravir, est prise tout à coup d'un enrouement contre lequel l'injuste public ne manque jamais de murmurer. Enfin pour se convaincre que ces différens genres, dont la culture est constituée en profession, sont loin d'être favorables à la santé et à la longévité, il suffit de consulter les annales des théâtres.

Les professions ayant pour objet des travaux manuels, étant dévolues aux classes les plus pauvres de la société, c'est parmi ces classes aussi que la santé publique est le plus en souffrance. Ce n'est point tant le

fait des professions qui est la source du mal, que le défaut d'aisance où se trouvent celles qui les exercent. Dans les villes manufacturières, où certaines branches d'industrie souffrent peu des évènemens politiques, où de vastes ateliers occupent annuellement le même nombre d'ouvrières, celles-ci s'y portent mieux en raison de l'aisance dont elles jouissent, que dans les cités populeuses où le luxe absorbe tout, où les modes ne sont qu'hebdomadaires. Dans ces dernières ceux qui inventent et ceux qui consomment regorgent de superfluités, tandis que celles qui confectionnent meurent de faim. A Paris par exemple, les femmes ne sauraient exercer une profession stable et constante, ou y trouver une subsistance assurée, parce que les goûts et les caprices impriment à tout ce qui est appelé à les satisfaire une sorte de fluctuation qui n'admet rien de fixe : aussi l'existence des ouvrières est-elle soumise aux chances d'un travail excessif ou d'une oisiveté malheureuse. Mais, dans

tous les cas, une portion se trouve toujours dans la détresse.

Toute la classe ouvrière des femmes, trop peu rétribuées, se nourrit mal; poussée par la misère et la dissolution elle est constamment menacée dans sa santé par les causes les plus puissantes qui puissent la ruiner. Les excès de travail, l'inconduite, les mauvais traitemens, les privations et le chagrin, les maladies et l'hôpital, tel est le tableau qu'elle présente. Les femmes de cette condition ont d'autant plus à souffrir que la plupart appartiennent à des familles honnêtes et respectables, mais malheureuses par les revers de la fortune, et qu'elles se trouvent sous la dépendance d'une classe qui n'a d'égards que pour l'opulence. Faute de considération et de subsistance suffisante, elles se trouvent donc presque constamment dans la cruelle alternative de se livrer au mal ou de se résigner aux plus dures privations.

Quoique l'existence des femmes employées aux ouvrages les plus grossiers soit très-

précaire, elle est peut-être encore moins malheureuse que celles des ouvrières en modes et en objets de luxe. Les premières, gagnant davantage et toujours occupées, tenues à moins de dépenses, quoique assujéties à des travaux plus pénibles, elles sont en général mieux portantes. Jusqu'à présent nul n'a encore jeté un coup d'œil scrutateur sur la constitution sanitaire de cette multitude de femmes des dernières conditions de la société. Cependant l'observateur peut, en parcourant les premiers rangs de cette classe nombreuse, en retirer des inductions précieuses pour la science de l'hygiène publique.

De toutes les professions dévolues aux dernières classes du peuple, celle de blanchisseuse mérite le plus de fixer notre attention, tant sous le rapport du grand nombre de bras qu'elle occupe, que sous le rapport des influences qu'elle exerce sur les habitudes corporelles des femmes qui s'y livrent. Sans sortir de la capitale, nous trouvons tout ce que peut offrir de particulier cette

profession ; soit qu'on l'étudie dans ces établissemens partiels, où tout le travail est concentré dans un local retréci et exécuté par les mêmes mains ; soit qu'on l'examine dans les lieux où elle est exercée en grand et où les occupations sont spéciales et divisées à celles qui y sont employées. Dans le premiert cas les ouvrières étant tenues à toutes les opérations du blanchissage, passent souvent dans le même instant d'un savonnage chaud et brûlant au lavage à l'eau de pompe froide et glaciale. Celles qui sont occupées à cette double besogne par ces transitions subites, ne peuvent éviter des rhumes et des suppressions de menstrues. Ces accidens sont trop fréquens chez les blanchisseuses de fin, pour ne point être considérés comme le résultat de leurs occupations journalières.

Au nombre des causes qui agissent le plus puissamment sur la santé de ces ouvrières blanchisseuses, il faut signaler l'emploi de l'eau de javelle, qui semble agir essentielle-

ment sur les poumons. L'action pernicieuse de cette solution est incontestable ; des faits nombreux nous autorisent à croire que non-seulement sa vapeur incommode, exaspère les rhumes, et réveille la toux, mais qu'elle cause des irritations bronchiques qui persistent tant que les individus sont sous l'influence des mêmes habitudes. La chaleur du fer, la vapeur du charbon, un local étroit, où règne une odeur insupportable et une atmosphère étouffante, sont autant de circonstances qui rendent encore ce métier pernicieux pour la plupart et dangereux pour un grand nombre. Beaucoup de phthisies pulmonaires idiopathiques aiguës, de caries dentaires, se manifestent parmi les ouvrières blanchisseuses à Paris. Nous avons été quelquefois étonné de la rapidité avec laquelle cette première maladie a enlevé de jeunes ouvrières bien constituées et bien portantes avant d'embrasser le métier de blanchisseuses. Nous avons vu notamment, trois jeunes filles, nées de parens robustes et sains,

vivant encore, succomber successivement à la phthisie idiopathique, résultat du métier qu'elles faisaient en commun. Enfin, pour apprécier les inconvéniens attachés à cette profession, il suffit d'envisager l'ensemble des habitudes corporelles des femmes qui l'exercent depuis nombre d'années; en général, elles sont malingres, pâles, souvent atteintes d'obstructions et de douleurs rhumatismales.

Ce métier n'a point les mêmes inconvéniens quand il est exercé en plein air, sur le cours des rivières. Pour se convaincre de cette assertion, il suffit de mettre en parallèle les blanchisseuses des campagnes et celles des bateaux situés sur les rives de la Seine, avec les ouvrières de l'intérieur de Paris. Ces différences tiennent à des circonstances trop faciles à apprécier pour qu'il soit besoin d'en parler.

Parlerons-nous des femmes employées dans les maisons de commerce, au triage et à la manipulation de substances toxiques,

séjournant dans des lieux bas, humides et constamment froids, et de celles occupées dans les ateliers au milieu d'émanations délétères, où l'on travaille les métaux, où se fabriquent les couleurs, et où l'on peint les jouets d'enfans? Pour avoir une juste idée de l'influence de ces professions, exercées dans des localités déjà mal saines, il suffit d'étudier en passant les habitudes physiques des dernières classes d'ouvrières des quartiers des Lombards, des Arcis, Saint-Martin, Sainte-Avoie, etc.

Il est encore des conditions plus inférieures qui, en plaçant les femmes en dehors des égards dus à leur sexe, semblent les ravaler au dernier degré d'abjection; nous voulons parler des chiffonnières et des malheureuses employées au balayage des rues. Par un reste d'humanité ne devrait-on pas garantir un sexe faible et déjà malheureux par sa condition naturelle d'une pareille ignominie? Ces tableaux de la plus insigne dégradation ne font pas naître seulement de

pénibles réflexions, mais leur présence est bien loin d'encourager à la vertu.

Les mœurs aussi bien que la santé publique y gagneraient si, par des mesures sages et à l'aide de quelques secours, on prévenait cette dégradation dont l'influence pernicieuse sur la multitude n'a point de limite ; si l'on réfléchit que, dans toutes les positions de la vie, et dans tous les rangs du monde, en bien comme en mal, les femmes ne perdent rien de leur empire. Il n'est donc point indifférent pour l'intérêt général, que les femmes des dernières classes de la société, soient dans le chemin de la vertu ou plongées dans la dissolution, qu'elles soient entourées d'égards et de considération, ou bien oubliées dans l'infamie. Si enfin la société est forcée de supporter cet opprobre, qu'on autorise du moins ces malheureuses à changer d'accoutrement, qu'on exige qu'elles prennent des habits d'homme. Sous ce costume dégui-

sant leur sexe, elles couvriront en même tems une partie de leur ignominie, et leur santé s'en trouvera mieux.

CHAPITRE X.

DES HABITUDES ET DES OCCUPATIONS DOMESTIQUES.

Comme les habitudes sont inhérentes aux dispositions morales des individus, on ne saurait espérer, par de simples avis, en changer la direction; car, avant de céder à la raison, on se conforme à ses goûts. Le système d'action dont se compose notre gouvernement personnel, restant constamment

sous l'influence d'une volonté spontanée, peut d'autant moins s'accommoder des calculs de la sagesse que nous avons vieilli davantage sous son empire. Ce que nous disons des habitudes en général, s'applique encore mieux aux habitudes domestiques, qui ne se trouvent qu'indirectement influencée par les événemens du dehors.

Chez les femmes surtout dont l'existence essentielle est toute domestique, et qui participent peu aux changemens et aux mouvemens politiques, les habitudes sont aussi plus constantes et plus intimes, conséquemment elles doivent avoir une plus grande influence sur la constitution corporelle. L'oisiveté et le travail, le sommeil et la veille, la retraite et le monde, le régime alimentaire, certaines pratiques particulières, impriment des changemens d'autant plus évidens, que les unes et les autres de ces circonstances prennent davantage sur la durée de la vie.

D'après sa conformation l'homme paraît

être appelé au travail et aux exercices ; aussi l'oisiveté absolue lui est peut-être plus nuisible qu'un travail soutenu et excessif. L'inertie en diminuant l'activité dans les principaux foyers de la vie, dérange l'équilibre de tout les phénomènes dont se compose celle-ci. Chez les personnes qui prennent peu ou point d'exercice, la respi ration a moins d'amplitude, la circulation est plus lente : de là, quand aucun système d'organes n'est en souffrance, un embon point qui tient de la bouffissure, et souvent un état d'obésité se manifeste à un âge peu avancé, habitude corporelle qui ne peut assurer ni promettre la longévité.

Le travail et l'exercice au contraire impriment à tous les systèmes de l'économie une même et constante activité, qui développe, maintient et répare les forces. Celles que nous appelons communément *femmes de ménage*, qui s'occupent et agissent par elles-mêmes, ayant peu de tems à donner à l'oisiveté, offrent moins de prise aux ma

ladies que nos dames qui pensent la veille aux moyens de ne point s'ennuyer le lendemain. Abstraction faite des exceptions à la loi commune, les femmes qui vivent long-tems, sont celles dont toutes les périodes de la vie se sont écoulées au milieu d'une activité adaptée à leur âge et à leurs forces.

En nous imposant des règles, les usages modifient puissamment aussi nos habitudes. Le sommeil et la veille sont pour beaucoup de personnes reportés à des tems qui ne leur sont point propres. Ce renversement des choses naturelles nous paraît peut-être sans effet quand il est d'accord avec nos goûts; mais son influence n'en reste pas moins évidente pour l'observateur. Il faut être bien peu physionomiste pour ne pas reconnaître de prime abord les effets de l'habitude de veiller une partie des nuits. Les femmes qui sont forcées à des travaux nocturnes sont pâles, avec les yeux caves, rouges et larmoyans; de même aussi que celles qui

sont dans l'habitude de lire la nuit. Dans ce dernier cas, ce n'est point tant le défaut de sommeil qui porte atteinte à la santé, que l'agitation que provoque une lecture qui intéresse vivement. On se fatigue du travail, et malgré soi, on cède au repos; mais la lecture éveille et exalte l'imagination, d'autant plus encore que la plupart des femmes qui lisent la nuit, s'attachent de préférence à des romans pleins de récits merveilleux et de faits extraordinaires, où l'amour tient toujours la première place. Cette passion peinte sous des couleurs séduisantes, le silence de la nuit et l'isolement, donnant un libre essor à l'imagination, font naître souvent de funestes habitudes, que les jeunes personnes, les filles et les veuves peuvent moins éviter. Avertir des dangers des lectures nocturnes, c'est recommander aux parens de ne point souffrir que les jeunes personnes s'y livrent. La privation d'un sommeil réparateur, si nécessaire au jeune âge, n'est point la seule

raison à laquelle on doit avoir égard ; mais, au physique comme au moral, cette habitude peut avoir les conséquences les plus graves.

Lors même que la durée du sommeil serait proportionnée à la veille, le tems qui convient à l'un ne convient point à l'autre. Anticiper sur les nuits pour dormir le jour, est un renversement de l'ordre naturel, dont les effets se manifestent tôt ou tard. Durant le jour, le sommeil est fatigant, rend apathique et morose. Les personnes qui se couchent de bonne heure, et qui se lèvent dès l'aube du jour, sont constamment mieux portantes et plus actives. Pour avoir une preuve de cette assertion, consultons l'état de la santé publique pendant les diverses saisons. Si les habitudes varient peu, les maladies ne sont guères plus nombreuses dans un tems que dans l'autre : mais si elles sont soumises à des phases, comme dans les grandes villes, les maladies affectent une sorte de périodisme qu'on ne peut

méconnaître. A aucune époque, il n'y a plus de maladies à Paris parmi les femmes, que dans le cours et vers la fin de la saison des amusemens; au retour du printems beaucoup, pour raison de santé, sont forcées de se retirer à la campagne, pour réparer, par un régime de vie uniforme, les dommages que leur ont fait éprouver les veilles prolongées. Rien de plus digne de remarque que ces changemens périodiques qui s'opèrent chez beaucoup de femmes du monde. Telle qui, à l'entrée de l'hiver, avait un médiocre embonpoint, est souvent, à la fin, d'une excessive maîgreur qui résulte essentiellement des veilles prolongées et fatigantes.

Nous avons déjà dit que la vie domestique était la condition essentielle de la femme, celle qui s'adapte le mieux à ses goûts et à ses besoins, d'autant plus encore que les liens maternels l'y attachent. Chez un sexe irritable et facile à émouvoir, la retraite, imposant des habitudes uniformes

et des occupations régulières, est aussi favorable à l'équilibre des phénomènes organiques, que le tumulte du monde est capable d'en déranger l'harmonie. Mais les circonstances physiques ont peut-être ici moins d'influence sur l'ensemble des lois vitales que les circonstances morales. En général, dans les conditions individuelles, il y a des différences sensibles entre les femmes du monde et les simples ménagères. Les dernières jouissent d'une meilleure santé, n'ont que des maladies franches et décidées. Les autres au contraire sont tourmentées par une foule d'indispositions insolites, qui bien souvent prennent leur source dans une âme ardente, sans cesse mise en jeu par des tracasseries inévitables qui, au fond, ne sont guère autre chose que des rivalités d'amour-propre. Celles qui se retirent du monde, sans emporter l'orgueil du triomphe, ne le quittent souvent qu'avec le fiel du dépit et tout le malaise des plus vives contrariétés.

Si l'on jugeait des effets de ces situations morales d'après l'importance des causes qui les ont préparées, on ne les apprécierait qu'imparfaitement; mais si on les mesure à l'échelle de la sensibilité, on pourra en déterminer toute la gravité. Les incidens qui sont communément sans importance, peuvent susciter quelquefois de vives émotions chez les femmes : aussi, remarquons qu'il en est bien peu qui n'éprouvent, après quelque contrariété, des maux de tête, des migraines, ou d'autres névroses.

Outre les habitudes inhérentes à la position des personnes, et qui rentrent dans le domaine des actes essentiels de la vie sociale, il en est encore beaucoup d'autres propres aux individus, et que l'on pourrait appeler habitudes privées ou secrètes. Mais pour parler de chacune d'elles en particulier, il faudrait se livrer à des recherches aussi minutieuses qu'étendues. Nous négligeons à dessein de les mentionner, n'ayant

d'autre but que de signaler les plus importantes et les plus universelles.

Les nombreux détails de l'ordre domestique sont plus que suffisans pour tenir dans une activité permanente la femme qui veut s'en occuper, abstraction faite même des obligations maternelles. Pour avoir une juste idée des occupations auxquelles les femmes peuvent être assujéties, ce n'est point au sein de l'opulence qu'on doit porter l'observation, puisque le bon ton exige qu'on ne sache rien faire en matière d'économie domestique ; mais c'est dans le domicile de la modeste aisance qu'il faut pénétrer, pour bien connaître la multitude de détails auxquels sont tenues les véritables ménagères. Chaque jour ayant à pourvoir aux mêmes besoins, il faut qu'elles agissent constamment au profit de la famille, et qu'à certains intervalles elles soient tenues encore à des travaux pénibles et fatigans, lorsque pour les autres tout se borne le plus souvent à quelques soins personnels.

Beaucoup plus encore chez les femmes que chez les hommes le degré d'aisance est la règle des occupations domestiques. Quoique dans les classes pauvres elles soient obligées à un travail qui excède la mesure de leurs forces, et souvent même étranger aux attributions de leur sexe, la santé publique n'est cependant pas plus en souffrance ici que dans les régions élevées de la société. Si d'une part le corps s'use par excès de travail, de l'autre il s'affaiblit par défaut d'activité. Bien encore que la misère ait des effets généraux, constans et identiques, la constitution sanitaire qui en résulte n'est cependant point la même dans toutes les localités. Si le malheur donne aux individus l'aspect de la souffrance et de la dégradation dans nos grandes cités, ces situations sont souvent édifiantes dans nos contrées agrestes. Ici où toutes les conditions sont presque au même niveau, un travail soutenu, indispensable et à peine suffisant aux besoins de la vie, que tout le monde par-

tage, laisse peu de loisir à la réflexion qui se montre si active et si tyrannique chez les classes malheureuses des grandes villes. C'est à n'en point douter, à ces circonstances morales qu'il faut attribuer les différences qui existent dans la santé habituelle des dernières conditions de l'ordre politique.

Que voyons-nous chez nos malheureuses paysannes qui ont peine à suffire aux soins de leur maison, obligées encore d'acquérir au dehors les moyens de la soutenir? que des avortemens, des maladies qui reconnaissent pour cause un labeur excessif ou des violences extérieures. Chez les citadines, outre les maladies et les accidens qui résultent d'actions mécaniques, nous trouvons de plus une multitude d'affections organiques insolites et nerveuses, dues, soit à des privations prolongées ou à des excès de tout genre, soit à ces commotions morales, inévitables et si fréquentes sur les grands théâtres du monde.

Il est affligeant pour le philanthrope de voir que les circonstances qui devraient exempter les femmes de certaines occupations, ne sont nulle part prises en considération. Cependant, si celles avancées dans l'état de grossesse pouvaient être affranchies de porter des fardeaux, de participer aux rudes travaux des champs, il y aurait bien moins d'avortemens, de maladies aiguës dont le nombre suit constamment le cours des saisons qui exigent le plus d'activité. Sur la multitude ignorante des campagnes quel bien ne produiraient pas quelques avis sages que pourraient donner les personnes éclairées. Mais encore ces avis ne seraient profitables qu'au plus petit nombre et sans effet partout où la misère fait mépriser la santé. La malheureuse qui a sans cesse besoin du fruit de son travail ne calculera point si, impunément, elle peut s'y livrer dans quelque position qu'elle se trouve.

Quoique l'ignorance soit la source de

maux qui désolent les classes inférieures de la société, maux qu'un gouvernement bien entendu pourrait diminuer ; la misère qui en résulte est peut-être l'ennemie le plus implacable de la santé. Si le pouvoir était moins avare de moyens d'instruction, si les favoris de la fortune n'étaient point dominés par ce dur égoïsme qui refuse même ce qui ne peut tourner à son profit, quel bien n'en retireraient pas ces masses nombreuses que la misère engendre et que la misère détruit, souvent même avant que l'ignorance les ait abruties. Qu'on daigne parcourir les contrées de la France où ces deux fléaux s'éternisent, on verra à quelle dégradation physique et morale sont réduites les femmes. Nous disons les femmes, parce que toujours elles sont forcées de rester sous le toit qui les a vues naître, tandis que les hommes nés sur un sol ingrat émigrent en grande partie si les conscriptions ne les enlèvent point ; et se trouvent ainsi à même d'acquérir quel-

que instruction, ils deviennent plus industrieux, savent mieux s'approprier tout ce qui convient aux besoins de la vie, et sous tous les rapports ils l'emportent sur les femmes en général.

Quels bienfaits ne devrait-on pas attendre des personnes éclairées des campagnes, si elles voulaient donner quelques avis sages à nos paysannes ignorantes, et les prévenir des dangers qu'elles encourent en pétrissant le pain et en l'enfournant, en chauffant les lessives, en macquant le chanvre, en gravissant sur les arbres, en chargeant les voitures, en battant les grains, en travaillant à la bèche ou à la pioche, pendant les derniers tems de la grossesse; si elles les avertissaient sur les fâcheuses conséquences auxquelles elles s'exposent en lavant à l'eau froide ou en y entrant tout-à-fait, à l'époque du rouissage du chanvre et du lin, à l'approche ou pendant l'écoulement des menstrues.

Il est encore une occupation exclusive-

ment réservée à nos malheureuses femmes de campagne et sur la santé desquelles elle a la plus grande influence, nous voulons parler du filage du chanvre et du lin. On aura peine à concevoir que, dans beaucoup de provinces encore, ces productions, plus que suffisantes à la consommation, ne se filent qu'à la quenouille. Le fil ne serait jamais bien fait si l'on ne le mouillait point au fur et mesure qu'on le tire de la poupée ; pour abréger la besogne et pour plus de commodité, à cet effet les fileuses ont recours à leur salive. Comme la salivation naturelle serait insuffisante, les femmes qui filent journellement de cette manière, sont forcées de tenir dans leur bouche quelques corps étrangers pour exciter des glandes buccales, afin d'obtenir la quantité de salive nécessaire à leur travail. Telles sont les conséquences de cette occupation, qui nécessite un ptyalisme continuel, que la plupart des femmes qui s'y livrent habituellement sont souvent d'une maigreur effrayante. La routine et

l'aveuglement peuvent bien empêcher de reconnaître les inconvéniens de ce genre d'occupation ; mais les personnes sensées les apprécieront facilement en comparant les femmes qui filent habituellement avec celles qui n'en font point une occupation journalière : les unes sont maigres et desséchées, tandis que les autres sont constamment mieux portantes (1).

Combien encore d'habitudes vicieuses, d'usages dangereux s'éternisent dans ces vastes contrées éloignées des foyers de lu-

(1) Ilest nécessaire de remarquer ici, que nos paysannes dont le genre de filage fait la principale occupation, offrent peu de goëtres. L'hypertrophie du corps thyroïde, au contraire, est bien plus fréquent parmi les femmes qui emploient leur tems d'une autre manière. Nous ne sommes point éloignés de croire qu'une salivation abondante serait le meilleur moyen à employer pour prévenir ou arrêter les progrès de cette infirmité physique.

mière? Quel tribut de victimes ne prélèvent pas chaque année l'ignorance et la misère, sur les dernières classes de la société. L'observateur ne se croit plus dans le pays le plus civilisé du monde quand il étudie les mœurs des classes pauvres de la Bretagne, de la Vendée, du Poitou, du Nivernais de la Sologne, de laChampagne et des Vosges. Quel intérêt ont donc les gouvernemens à ne point faire participer à l'instruction ces masses populeuses excentriques, à leur refuser les premiers moyens de sortir de cette gangue d'abrutissement qui les enveloppe depuis tant de siècles? Comme l'intérêt des gouvernans n'est pas toujours celui des gouvernés, et que rarement le pouvoir a pu l'attribuer quelque part dans les salutaires révolutions d'un peuple, il faut donc renoncer à l'idée de quelque participation de sa part. Ce que l'instruction publique ne fera point, l'instruction partielle saura le faire: quoique disséminée, rien ne l'empêchera de s'étendre de l'individu aux individus,

de la famille aux familles et de la localité aux contrées, malgré les obstacles que lui oposeront les gouvernans en centralisant les institutions et en se réservant le monopole de l'instruction. Rien enfin ne pourra empêcher tous les membres du corps politiquer de reconnaître l'importance de leur existence individuelle ; cette rénovation s'opérera lentement, mais ces progrès n'en seront que plus certains et mieux affermis.

CHAPITRE XI.

DES VÊTEMENS ET DES MODES.

Nous nous abstiendrons de parler ici des changemens et des révolutions qu'ont éprouvé les vêtemens des femmes dans tous les âges, et des variations qu'ils subissent encore dans leurs formes parmi les peuples modernes. Chez les nations grecque et les Romains en république, et même sous les premiers rois francs, l'habillement des femmes était simple et recouvrait toutes les parties

du corps, l'ampleur en était la première condition, autant pour laisser les mouvemens libres que pour dérober les formes qu'une grande sévérité de mœurs et la pudeur ne permettaient point de laisser entrevoir. Ce n'est point avant le siècle de Charlemagne, que le luxe, les habitudes et les goûts orientaux envahirent l'occident, après avoir subi en Italie quelques changemens en rapport avec le climat. Dès le commencement du huitième siècle, déjà les Sarrazins en soumettant l'Ibérie, en envahissant l'Aquitaine et toute l'Océanie, avaient aussi introduit leurs modes et leurs goûts dont l'observateur découvre encore quelques vestiges. Mais ce n'est qu'après les croisades, lorsque l'esprit chevaleresque et la courtoisie donnèrent aux femmes une haute idée d'elles-mêmes, que le désir de plaire déploya toutes ses ressources, et que l'art de la toilette acquit toute l'importance qu'il conserva depuis.

Si c'est au sein des cours et parmi les

grands que les modes prennent naissance et subissent leurs changemens, c'est parmi le peuple qu'elles se conservent. Mais il est à remarquer que celui-ci ne les adopte qu'autant qu'elles sont d'accord avec les commodités de la vie. L'activité continuelle à laquelle sont obligées les femmes du peuple, serait entravée dans un accoutrement qui gênerait les mouvemens du corps : l'oisiveté est donc la source principale des révolutions dans les modes. Les climats ont permis et même font quelquefois une nécessité de les varier. Sous le ciel doux et chaud de l'Inde, les vêtemens des femmes ont subi et subissent moins de changemens que dans les climats alternativement froids et chauds.

La santé qui toujours aurait dû être prise en considération dans la manière de se vêtir et dans le choix des modes, semble avoir été constamment oubliée ou envisagée comme la raison la moins importante, même dans ces tems modernes. Aussi les vê-

temens des femmes ne sont-ils rien moins que propres à les défendre contre les agressions d'une foule d'agens nuisibles et pernicieux, et contre les impressions atmosphériques auxquelles elles sont sans cesse exposées par le fait de leurs mœurs et de leurs habitudes.

De toutes les parties du corps, la tête est celle qui a le moins besoin de vêtement. Quoique chez les femmes la chevelure soit plus longue et mieux fournie que chez les hommes, tout semble dire cependant que ce vêtement naturel n'est point suffisant. Les antiquités grecques et romaines nous représentent aussi souvent les femmes avec la tête couverte que nue, bien que ces nations fussent sous un ciel constamment chaud ou tempéré. Chez les premiers Francs qui, sans doute, avaient emprunté beaucoup des Gaulois, toutes les femmes portaient une coiffure; ici le climat et peut-être les habitudes en faisaient-ils une nécessité. Au moyen âge, l'usage de se vêtir la

tête existait encore, et il ne semble avoir été abandonné par les femmes de distinction que lorsque les modes d'Italie s'introduisirent en France après la conquête de Naples, et plus tard avec la fâcheuse intronisation des Médicis. C'est ensuite que les femmes devinrent par leur chevelure de véritables caricatures, et qu'un de leurs plus beaux ornemens, à l'aide de la frisure et la poudre, fut transformé en ridicule échafaudage, qui néanmoins se conserva de mode en France, jusqu'à la tourmente révolutionnaire. Comme dans tous les siècles les femmes veulent marquer leur existence comme les hommes; en France elles adoptèrent la *titus*, et prirent pour mode une mesure de propreté et de police militaire. Nous ne savons point si la santé a souffert du sacrifice que beaucoup de femmes ont fait de leur chevelure; mais si nous avons égard à ce qui arrive souvent quand inconsidérement elles se font tondre, nous serons forcé d'admettre que la mode de la *titus*

n'a pas toujours été exempte d'accidens pour celles qui s'y sont soumises.

Ayant repris faveur, les longs cheveux sont devenus aujourd'hui sous le peigne des Michalons, des Normandins, des Plaisirs et autres célébrités cirrigeriennes, un des principaux attributs de la toilette.

Bien qu'alors la coiffure en cheveux soit simple, elle n'est cependant pas tout-à-fait sans inconvéniens pour celles qui sont habituellement coiffées. En effet, en rassemblant tous les cheveux, les liant très-près de leur racine, et les portant dans un sens opposé à leur direction, on les tiraille nécessairement, et cette traction quoique faible pour chaque cheveu est en somme très-forte. Les personnes qui ne se font coiffer qu'accidentellement, se plaignent la plupart d'un mal de tète qui n'est occasioné que par le tiraillement exercé sur une partie du cuir chevelu. Nous pourrons donc établir un fait que beaucoup de migraines, de rhumatismes nerveux et des céphalalgies sont

dues à cette circonstance : car les femmes qui ne sont point soumises à cet usage, sont bien moins sujettes à ces sortes d'indispositions.

Ajoutons encore que l'art du coiffeur, si précieux à la coquetterie, ne laisse point que de lui porter tôt ou tard quelques dommages. Celles de nos dames qui voient leur cheveux s'éclaircir et blanchir avant le tems, sont bien loin de se douter que les nates, les frisures et toutes ces jolies choses sont souvent la cause véritable de ces fâcheux accidens.

Rien de plus vrai cependant que les nattes et les frisures qu'on ne peut pas faire sans tirailler les cheveux et les pincer avec des fers brûlans, sont suivies de l'avulsion d'un nombre plus ou moins grand de ces organes et de leur changement de couleur. On n'a point encore apprécié tous les inconvéniens de presser les papillotes avec des fers trop chauds : outre que cette opération répétée tous les jours fait perdre aux

cheveux leur flexibilité naturelle en les desséchant fortement, nous ne serions pas éloignés de croire qu'elle peut nuire à leur reproduction, car ceux des régions temporale et frontale qui servent souvent à la frisure, sont toujours plus rares et diffèrent de ceux du milieu de la tête par la nuance. Toutes ces circonstances influent assurément sur les révolutions qui s'opèrent dans le système capillaire, provoquent de bonne heure l'alopécie partielle ou totale, et hâtent l'albicité des cheveux. Les femmes qui ont la tête vêtue ou qui ne se font coiffer en cheveux que rarement, ont en général une plus belle chevelure et la conservent plus long-tems. Il n'est pas rare de voir de nos paysannes, quoique vieilles, n'avoir point ou peu de cheveux blancs, tandis que beaucoup de nos merveilleuses jeunes encore, portent les indices d'une vieillesse prématurée. Il serait cependant facile de concilier les intérêts de la tête avec ceux de la coquetterie, et d'adopter des modes en rapport avec les

commodités de celles qui veulent les suivre ponctuellement. Mais il faudrait laisser aux cheveux plus de liberté en les serrant moins, ne point les presser tous les jours avec des fers presque incandescens, et abandonner même tout-à-fait cet usage pernicieux.

Ce ne sont guère que les jeunes personnes et les femmes des conditions élevées qui, vivant plus au dedans qu'au dehors, peuvent rester habituellement la tête découverte ; mais les femmes des conditions laborieuses, exposées sans cesse aux injures du tems, ne sauraient se dispenser d'avoir la tête couverte. Dans toutes les provinces les femmes ont une manière différente de se vêtir le chef, sans avoir égard ni au besoin ni aux saisons. Là, elles se surchargent la tête d'un appareil aussi incommode que ridicule, tant par sa complication que par sa forme et son amplitude : ailleurs, un simple mouchoir ou un béguin suffit. Les paysannes de nos contrées méridionales s'affublent de trois ou quatre coiffures de dessous

les unes souvent piquées et matelassées; le tout composant un appareil qui n'est pas seulement du plus mauvais goût, mais qui favorise merveilleusement la malpropreté, et fait de la tête un centre de chaleur où s'engendre et se perpétue la vermine, dont la destruction nécessite souvent le moyen dangereux de couper tous les cheveux. Vivons avec la croyance qu'elle n'est pas éloignée de nous cette époque, qui doit faire justice de ces vieilles coutumes et de cette ignorance qui met une si grande partie de l'espèce humaine au niveau des brutes. Concluons que les femmes qui portent habituellement sur la tête des vêtemens autant pour maintenir les cheveux que dans le but de se garantir du froid ou d'une excessive chaleur, sont moins sujettes aux névralgies faciales ou craniennes, et que les caries dentaires sont bien plus rares chez elles que parmi celles qui restent la plus grande partie du tems le chef découvert. Conséquemment les femmes ne peu-

vent donc point toujours se dispenser de se vêtir la tête surtout quand elles passent d'une température chaude dans un milieu froid.

En raison des organes importans et facilement irritables contenus dans les cavités de la poitrine et abdominale, le torse est de toute les parties du corps celle qui doit être le plus soigneusement vêtue. D'après la forme des vêtemens et la nature des tissus dont ils se composent, les femmes pouvant moins se garantir des influences atmosphériques, il est donc évident que, douées en même tems d'une plus grande susceptibilité, elles peuvent moins échapper à l'action des diverses températures. Aussi toutes les maladies qui reconnaissent le plus souvent pour cause les impressions du froid, les rhumes, les catarrhes, les pneumonies, les gastro-antérites se présentent plus fréquemment chez le sexe féminin que chez l'autre. La manière de se vêtir, chez les femmes, a donc la plus grande influence non-seulement sur leur santé mais encore

sur toutes les habitudes corporelles; c'est ce que nous allons chercher à démontrer. Mais avant de passer à l'examen des formes les plus convenables à donner aux vêtemens essentiels, disons encore quelque chose des corsets; car ce sont moins les réflexions et les raisonnemens judicieux, que les attaques fréquentes qui peuvent triompher des usages pernicieux.

Bien que les corsets, tels que les portent les femmes d'aujourd'hui, soient moins défectueux que ceux du siècle dernier, ils ne laissent pas que d'être constamment incommodes et essentiellement nuisibles tant que la croissance n'est point achevée. Les effets généraux de l'usage des corsets portés de très-bonne heure, sont de nuire au développement latéral du torse, et de favoriser, au contraire, le développement du corps. Les femmes de haute stature et sans proportion, appartiennent toutes aux premières classes de la société, où l'éducation des jeunes personnes est soumise à des

règles plus sévères. En Angleterre, il y a encore plus de femmes grandes et effilées qu'en France; par cette raison seule que nos voisines d'outre-mer renchérissent sur nos dames dans la sévérité de leur mise, et semblent vouloir gagner du côté de la taille ce qu'elles perdent du côté de la tournure. Dans les classes du peuple, les jeunes personnes n'étant point habituellement guindées dans des corsets serrés, toutes les parties du corps se développent dans de plus justes proportions, et rarement nous voyons des femmes aussi grandes et aussi minces en même tems que dans les premiers rangs de la société.

Si nous avons égard maintenant aux proportions relatives des diverses parties du tronc, il sera facile de reconnaître qu'elles subissent des variations selon que les femmes restent ou non habituellement corsées. Quand aucune circonstance ne nuit à la croissance, le tronc affecte une forme légèrement conique, dont la base est le bassin et le sommet la partie supérieure de la poi-

trine ; et les parois de cette dernière cavité semblent se continuer avec celles de l'abdomen sur des lignes droites presque parallèles. Mais l'usage des corsets change réellement cette conformation extérieure : alors la poitrine pressée circulairement se trouve rétrécie vers sa base, et la compression des parties molles qui entourent cette cavité, nuit essentiellement au développement des mamelles. Celles-ci formées en grande partie par un tissu cellulaire abondant, ne peuvent s'épanouir ni acquérir beaucoup de volume, puisque des points principaux qu'elles reçoivent leur nutrition, la circulation vasculaire est pour ainsi dire interceptée, et cette nutrition leur vient principalement des parties inférées. C'est notamment chez les femmes pourvues d'embonpoint que les déformations produites par l'usage des corsets sont plus évidentes. Les masses de graisse refoulées en haut et en bas outrent le volume de la gorge, dessinent des hanches larges et des fesses énormes.

Tout cet ensemble qui figure une Vénus Hottentote, n'est pas seulement ridicule, mais la violence qui outre les proportions extérieures, a des inconvéniens autrement graves encore que ceux que nous venons de signaler.

La respiration, la circulation et tous les phénomènes qui en dérivent, ne s'accomplissent qu'imparfaitement dans l'état de gène où mettent les corsets trop serrés.

Quelques dérangemens momentanés dans les lois physiologiques peuvent bien être sans résultat apparent, mais quand les causes qui les provoquent sont permanentes ou se renouvellent journellement, tous les systèmes de l'organisation s'en trouvent influencés. Sans suivre l'enchaînement des faits pour arriver au dernier résultat, bornons-nous à dire que beaucoup de phthisies pulmonaires, d'anévrismes du cœur peuvent reconnaître pour cause déterminante et efficiente, l'action mécanique des corsets; et qu'en général l'une et l'autre maladies

sont plus fréquentes chez les femmes habituellement parées que chez celles qui savent s'affranchir des rigueurs de l'étiquette.

Une des fonctions qui souffre le plus de l'usage du vêtement défectueux dont nous parlons, est la digestion. Pressées dans leurs corsets, beaucoup de femmes ne peuvent point satisfaire complètement à leur appétit, ou si la sensualité l'emporte sur l'état de gêne, la digestion est toujours laborieuse. Dans le premier cas elles réparent peu et restent maigres et pâles; dans le second cas elles sont exposées à dévier des règles d'une diététique saine ; car la plupart dégagées le soir de l'appareil qui les torture, éprouvent le besoin de manger, et en y satisfaisant à l'heure du coucher, il résulte toujours de cette sorte d'intempérance un sommeil fatigant, un enchaînement de malaises et d'indispositions qui, renouvelées fréquemment, ébranlent tout-à-fait la santé dans ses fondemens. Il n'est pas non plus jusqu'aux évacuations qui suivent essentielle-

ment la digestion, qui ne se trouvent ici modifiées. Il est constant qu'étant corsées, les femmes éprouvent fréquemment le besoin d'uriner; tandis que les déjections sont quelquefois plus rares et plus difficiles. Le premier phénomène, effet immédiat, s'explique facilement, mais l'autre, effet consécutif, ne peut être apprécié que par le médecin.

Il n'appartient encore qu'au médecin de reconnaître les effets médiats de l'usage habituel des corsets et de les ranger aux nombre des causes prédisposantes de maladies auxquelles les femmes sont sujettes. Par la compression circulaire de la partie supérieure de l'abdomen, les organes splanchniques ne sont pas seulement refoulés vers le bassin; mais jusqu'à un certain point leurs rapports sont dérangés momentanément et leurs fonctions enrayées. Les conséquences prochaines de cet ordre de chose, sont l'embarras de la circulation abdominale et la turgescence du système veineux de cette

partie. Les femmes affranchies d'une mise gènante, offrent rarement des exemples d'hémorrhoïdes, elles sont également bien moins sujettes aux ménorrhagies, aux fleurs blanches et aux engorgemens momentanés ou habituels de la matrice et des ovaires. Chez les femmes réplettes, ces accidens sont encore bien plus fréquens que chez les personnes sveltes, par cela même que, voulant faire disparaître une partie de leur embonpoint, elles se serrent beaucoup plus.

De ce qui précède nous sommes bien loin de conclure que ce vêtement doive être absolument proscrit; son usage n'est pernicieux que par ce qu'on ne sait point lui donner la forme la plus convenable et encore moins l'ampleur relative à la taille. La destination principale des corsets est de soutenir la gorge, de la dessiner avec tous les contours gracieux qui constituent le beau idéal, et de servir à fixer les autres vêtemens. Aujourd'hui peu de personnes cependant s'en servent dans l'un et l'autre but; chez les

enfans et les jeunes personnes on vise au maintien, et les femmes d'une mise recherchée n'en font usage que pour paraître sveltes au delà des proportions naturelles.

A l'égard des autres vêtemens du torse, l'élégance et le bon goût l'emportent souvent sur les intérêts de la santé. Sous des tissus fins et moelleux se dessinent mieux les formes gracieuses du corps; des robes courtes, décolletées et élaguées, ont assurément d'immenses avantages; mais il est fâcheux que le droit de laisser présumer tant de jolies choses ne soit acquis quelquefois qu'à leur préjudice. Combien de maladies résultent de l'usage des modes qui veulent qu'une partie du corps reste à découvert. Quoique les femmes vêtues selon le code de l'étiquette soient entourées de précautions et de soins capables de lutter contre les intempéries des saisons, difficilement cependant elles peuvent se soustraire à leur influence.

Pour apprécier tous les inconvéniens qui sont attachés à une mise de rigueur, il

suffit d'avoir égard à l'étendue des surfaces mises à découvert, étendue qui est presque la moitié de la surface totale du corps. Quelle que soit la température des lieux où se produisent les femmes avec une mise obligée, elle n'est jamais assez élevée pour entretenir la perspiration cutanée, et toujours bien inférieure à la chaleur naturelle du corps. Nécessairement la suppression de l'une et l'absence de l'autre ne sauraient subsister long-tems sans quelques conséquences plus ou moins graves. Les femmes maigres surtout et les jeunes personnes, peuvent moins échapper aux dangers de rester les bras nus et la poitrine découverte. Aussi combien de maladies tirent leur cause de cette circonstance. Faisons des vœux pour que le besoin de plaire ne fasse pas oublier de plus chers intérêts, ceux de la santé, en faveur de laquelle on ferait beaucoup, si l'on pouvait persuader nos élégantes de la nécessité d'adopter des manches à leurs chemises et à leurs robes, et de porter les

unes et les autres, moins dégarnies du haut.

L'accoutrement des femmes qui ne portent point de corsets lacés ni de robes, mais simplement un juste-au-corps et des cotillons séparés, pourrait aussi subir quelques modifications importantes. Les principaux inconvéniens de cet accoutrement sont dans la manière de maintenir les jupes, qui ne tiennent qu'au moyen de cordons passés autour du corps et suffisamment serrés pour être arrêtés par la saillie des hanches ou du ventre dans l'état de grossesse. Dans cette dernière situation, surtout, la pression circulaire et le poids des jupes, tendant à déprimer le ventre, peuvent être cause d'accidens graves, si l'on réfléchit que les femmes qui se vêtissent de la sorte sont tenues journellement à des travaux fatigans. Des bretelles ou des bourrelets saillans, fixés aux corsets pour arrêter les jupes, seraient bien plus commodes, mieux d'accord avec toutes les situations de la vie,

et de plus, feraient que la mise de nos villageoises serait moins défectueuse.

Sur les habitudes corporelles des femmes, la chaussure n'a pas moins d'influence que les autres vêtemens. Le réfroidissement et la chaleur des jambes et des pieds déterminent presque à l'instant même quelques changemens dans la manière d'être en bien ou en mal. Or, il est beaucoup plus important qu'on ne le pense, d'éviter l'un et d'entretenir l'autre. Déjà autre part nous avons signalé les inconvéniens et même les dangers auxquels sont exposées les femmes qui, dans leur chaussure, ne voient qu'une chose de pure convenance et non de nécessité absolue. Car dans cette dernière hypothèse, cette nécessité ne serait point satisfaite par la manière dont se chaussent nos élégantes. Blâmons ce raffinement de bon goût si peu d'accord avec les besoins, quand il n'est pas pernicieux, qu'affectent les femmes de porter au cœur de l'hiver des bas fins à jour et des souliers de prunelle. Que de

rhumes, de suppressions de menstrues, de coliques, etc., ne sont point déterminés par le froid des jambes et des pieds. L'action du froid est d'autant plus intense qu'elle n'est ici qu'un contraste : pendant que les pieds et les jambes sont glacées, le reste du corps est souvent tout en sueur sous l'hermine et le chincilla.

Recommander aux femmes d'adopter pour ces parties comme pour le reste du corps des vêtemens de saisons, de porter en hiver des bas mieux fournis ou plusieurs paires, ou des guêtres ; de remplacer les souliers de prunelle par ceux de cuir et très-couverts, c'est plaider pour leur santé, et leur assurer gain de cause en beaueoup de circonstances. Dans les localités et dans les conditions où les femmes ne craignent point de chausser les gros bas de laine, les souliers épais et même les sabots, les catarrhes, les suppressions des menstrues sont aussi rares que ces maladies et dérangemens sont fréquens parmi les précieuses de nos grandes villes.

Nous ne terminerons point ce chapitre sans dire quelque chose d'une incommodité à laquelle tant de femmes sont sujettes; nous voulons parler des cors aux pieds. On ne peut attribuer à d'autres causes cette infirmité qu'à l'usage de chaussures défectueuses. Toutes les femmes voulant faire petit pied, portent constamment des souliers trop étroits et trop courts. Avec une chaussure gènante, le pied portant à faux dans la progression, il arrive que la pression est inégale et que les points où elle est exercée deviennent à la longue calleux et douloureux, et que la peau passe véritablement à un état maladif difficile à détruire. Si nous faisons attention à la manière dont se chaussent les femmes qui veulent rapetisser leurs pieds, nous verrons que celui-ci est comme arqué dans le soulier et qu'il n'appuie que sur le derrière du talon et sur le bout des doigts; aussi dans l'intervalle de ceux-ci se développent une multitude de cors qui occasionent des douleurs quel-

quefois cruelles. Outre l'étroitesse des souliers et le défaut de résistance des semelles, que nous regardons comme les causes principales de la maladie que nous signalons, il faut ajouter encore la mauvaise habitude de tirer le bout du bas et de le replier sous le pied.

CHAPITRE XII.

DE LA PROPRETÉ ET DES COSMÉTIQUES.

Si l'espèce humaine, plus qu'aucune autre, exige des soins et des attentions pour faire disparaître les traces de ses incommodités naturelles, ces mêmes soins doivent être encore plus minutieux pour la femme que pour l'homme. Un tempérament lymphatique, des tissus mous, des évacuations permanentes ou accidentelles, abondantes et plus nombreuses, des habitudes casanières,

sont autant de circonstances qui réclament de sa part des attentions plus soutenues : car autant la femme est attrayante quand elle s'entoure de ces soins personnels, autant elle devient un objet de dégoût lorsqu'elle néglige ces obligations. Cependant il faut distinguer les soins minutieux qui tiennent d'une coquetterie calculée, de ceux qui ne vont point au delà des besoins réels. A tout prendre une propreté excessive peut être aussi nuisible à la santé qu'une négligence absolue ; et quoique la petite maîtresse de la tête aux pieds ne soit jamais en défaut, en fraîcheur et en embonpoint, elle n'efface pas toujours celle qui se néglige.

Avant de passer à l'examen des moyens généraux de propreté, parlons des pratiques spéciales qui tendent au même but. Au premier chapitre il a déjà été question des soins que réclament les petites et les jeunes filles. Ces mêmes soins deviennent encore plus nécessaires avec la nubilité, alors que les parties de la génération, appelées à de

nouvelles fonctions, sont devenues un centre d'activité, et que toutes leurs sécrétions habituelles sont plus abondantes. Cependant c'est le plus petit nombre des mères ou des nutrices qui portent jusque là leur attention. Aussi les jeunes filles qui ne sont point initiées à tous ces secrets de la toilette, offrent-elles des exemples fréquens d'écoulelemens muqueux ou fleurs blanches.

Ce genre d'incurie n'est pas plus rare chez les femmes mariées que chez les jeunes filles; et nos provinciales quoique brillantes de santé et de fraîcheur ne sont pas toujours attrayantes par leur charmes secrets. Les dames d'Albion, même les élégantes, avant l'émigration de nos françaises, n'avaient point en général, l'idée de certaines pratiques essentielles à la toilette. Les Polonaises se purifient rarement à l'intention de leurs maris ou de leurs amans, et la plupart ont peu de soin de leurs beautés secrètes. Nos Parisiennes, au contraire, celles qui n'ont guères à s'occuper que de leur

personne, portent ces soins jusqu'à l'excès, soit par coquetterie, soit par habitude. Toujours est-il qu'ils ne sont point d'accord avec les intérêts de la santé et nous pourrions même dire avec ceux de la morale.

Du défaut de propreté résultent présque constamment des démangeaisons incommodes, souvent des écoulemens en blanc et quelquefois même des dartres squammeuses humides. Toutes ces indispositions ne sont pas seulement gênantes pour les personnes elles-mêmes, mais fort dégoûtantes pour ceux qui sont obligés d'être initiés à de pareils mystères. Tous les jours nous avons le triste privilége d'être consultés sur de telles incommodités de la part des femmes du peuple. Le tableau repoussant des incuries que perpétue la misère ou la paresse, se représentera facilement à l'imagination, si l'on considère que beaucoup de femmes ne se garnissent jamais, qu'elles ne changent de linge que tous les mois, et qu'elles

croupissent à longues journées, sur des réchauds pleins de braise.

Quoiqu'un excès contraire soit sans effets apparens, il n'est cependant pas toujours exempt d'inconvéniens. Nous devons blâmer les femmes qui, sans avoir égard à la saison ni à leur manière d'être, se servent habituellement d'eau froide pour leur toilette, lors même que le corps est tout en sueur et pendant la menstruation. Les lotions froides peuvent non-seulement arrêter cette dernière évacuation et causer des accidens imminens, mais aussi dans l'état ordinaire être suivies d'insdispositions graves. Les parties de la génération pourvues de beaucoup de chaleur, étant le siége d'une sécrétion permanente, peuvent, par le fait des ablutions réfrigérantes, être frappées de spasme et dérangées dans leurs fonctions; aussi des coliques violentes et des inflammations de matrice sont-elles souvent le résultat de pareilles imprudences.

Beaucoup de femmes ne se bornent point

à de simples lotions dans leur toilette elles ont même recours aux injections à l'aide de seringues dites de propreté. De semblables manœuvres ne sont pas sans inconvéniens, nous pouvons même dire sans danger. La posture habituelle et même obligée, que les femmes tiennent dans cette opération, fait que le bout recourbé de l'instrument dont elles se servent, devient trop long pour ne pas heurter constamment le corps ou le col de la matrice. Si l'on a égard à la délicatesse de cette dernière partie, l'on concevra tout ce que peut avoir de grave le choc réitéré d'un corps dur et métallique; puisque l'olive, dont sont armées les seringues de propreté, est presque toujours du même métal que le corps de l'instrument. Nous pourrions du moins proposer d'adapter à celui-ci un ajutage moins long, une olive plus grosse de gomme élastique ou d'ivoire; modifications qui le rendraient moins dangereux entre les mains de quelques personnes. Conseiller aux femmes de ne point se

servir d'eau froide pendant l'écoulement des règles, ou quand le corps est en sueur de ne point employer les injections dans le but seul de propreté, c'est les mettre en garde contre une foule d'indispositions et quelquefois de maladies graves.

Lors même que les ablutions et les injections fréquentes seraient sans inconvéniens pour les individus, nous croyons qu'elles nuisent essentiellement aux intérêts de l'espèce. La reproduction est singulièrement ralentie dans les conditions où le luxe et les soins du corps sont portés à l'excès. Si la courtisane est moins féconde que la femme chaste, la cause n'est-elle pas plutôt dans ces soins minutieux indispensables à sa condition, que dans les jouissances multipliées auxquelles elle se livre. Les organes reproducteurs sont trop excentriques chez le sexe féminin pour n'être pas influencés par les agens extérieurs; la sensibilité spéciale dont ils sont doués est trop exclusive pour ne pas être modifiée par les plus légères causes. La

couche nuptiale, où l'amour n'a besoin que de la sympathie des cœurs, est plus féconde que celle des amans où la volupté seule est tenue à tous les frais. Que de femmes sont privées d'être mères par le seul fait de ces soins indiscrets qui précèdent le moment des plus douces étreintes.

Certaines pratiques encore qui tiennent à la propreté, ne sont pas toujours d'accord avec la santé. Pendant la menstruation celles des femmes qui prennent soin d'elles se garnissent ordinairement. Cette précaution que la décence réclame aussi souvent que la coquetterie, n'est pas sans inconvéniens quelquefois; et l'appareil que les femmes appellent chauffoir, peut non-seulement ralentir l'écoulement des menstrues, mais aussi l'arrêter tout-à-fait. Il est donc prudent de la part des femmes que l'expérience a mises dans ce dernier cas, d'éviter les circonstances qui pourraient les obliger à cette précaution, ou de ne point se serrer comme la plupart le font. Il conviendrait beaucoup

mieux que les femmes se garnissent avec des pièces de linge tout simplement suspendues ou bien lâchement fixées dans le même sens que les chauffoirs.

Une des questions les plus importantes touchant l'hygiène des femmes, est de savoir jusqu'à quel point les bains domestiques chauds leur sont salutaires. Pour apprécier l'influence des bains sur les habitudes corporelles, il suffit de comparer les individus qui rarement en font usage à ceux qui en usent fréquemment. Toujours est-il qu'on ne peut point méconnaître l'action énervante des bains, puisque les effets immédiats sont, le calme, la quiétude et la faiblesse, et que leur usage habituel semble relâcher et détendre tous les ressorts de la vie organique, même soumettre le moral au joug de l'apathie, plonger dans l'indolence et la molesse. Nécessairement appliqués à un tempérament lymphatique, les bains doivent encore ajouter au relâchement physique et affaiblir la tonicité naturelle des élemens de l'organisation :

aussi les femmes qui en font un usage fréquent sont en général peu colorées, et leur embonpoint tient plus de l'empâtement que de l'épanouissement des tissus.

Si la santé peut retirer de bons effets des bains employés dans des vues de propreté, ce n'est point par l'usage journalier et souvent répété.

Quoique nous soyions bien loin de méconnaître l'efficacité des bains, nous voudrions cependant que beaucoup de femmes en usassent moins et qu'un moyen précieux en hygiène ne fût point aussi souvent détourné au profit de la coquetterie. Un bain tous les huit ou quinze jours remplirait suffisamment toutes les indications hygiéniques qui se présentent dans le cours ordinaire de la vie.

De la température et du degré d'immersion dépendent constamment l'efficacité des bains. Ces deux circonstances ont une influence qui n'est point la même pour les deux sexes. La délicatesse de la peau chez les femmes fait que les bains à la même

température leur sont plus incommodes que pour les hommes ; de même aussi qu'elles ne peuvent rester long-tems immergées jusqu'au col sans éprouver de l'anxiété et de la gêne à respirer. Le professeur Chaussier nous a dit avoir vu souvent des femmes plongées ainsi dans des bains chauds être frappées d'apoplexie. Sans avoir été témoin de faits aussi fâcheux, nous avons cependant été à même d'observer plusieurs accidens graves dans les mêmes circonstances. Les femmes ne devraient donc jamais entrer dans un bain à une température plus élevée que celle de vingt-huit à trente degrés (centig.), et de telle façon aussi que le liquide ne dépassât jamais la base ou le milieu de la poitrine. Le tems qu'il convient de rester dans un bain ne peut être déterminé rigoureusement ; le système d'habitudes des individus en est la règle constante ; mais comme moyen de propreté une heure est suffisante.

Aux diverses époques de la vie, les bains

ne sont point également salutaires. Pour les enfans et les jeunes filles, l'usage fréquent ainsi que le confirme l'observation, imprime à toutes les habitudes corporelles le cachet de la débilité, et tend à réprimer cette grande activité naturelle propre au jeune âge, qui influe si puissamment sur le développement des facultés physiques. Sous l'influence de quel génie sont donc écrits beaucoup de livres d'hygiène, où sont préconisés les bains à l'égard de l'enfance? Il semblerait, en vérité, que la plupart de ceux qui ont traité de cette science, aient voulu faire dépendre la santé du nombre d'obligations et de soins particuliers : erreur. Loin d'approuver ces préceptes qui sont fondés sur les épreuves d'âges différens; nous les croyons, quant aux bains, souvent inutile et quelquefois dangereux, et bien loin de louer les mères et les gouvernantes qui baignent tous les jours ou plusieurs fois la semaine leurs enfans, nous les blâmons ouvertement. A

l'égard des jeunes filles surtout, nous voudrions qu'on s'en tînt uniquement à des bains de propreté, et qu'on ne les multipliàt point sans besoin ainsi qu'on le pratique dans quelques familles.

Comme sous quelques rapports la vieillesse tient de l'enfance, il faut éloigner d'elle tout ce qui peut hâter le déclin des forces : les bains lui sont plus rarement utiles que pendant cette période de la vie où toutes les lois organiques sont dans un parfait équilibre. Ce n'est enfin que pendant cet âge où les femmes se trouvent entièrement sous l'influence du système sexuel et où la sensibilité nerveuse est susceptible de tant d'aberrations, que l'hygiène peut retirer quelques effets de l'usage des bains domestiques.

Considérés sous le point de vue hygiénique, les bains naturels s'adaptent encore moins bien aux diverses constitutions individuelles que les bains domestiques. Dans nos climats surtout, la température des eaux

fluviales s'élève rarement au degré convenable et s'y maintient trop peu de tems, pour que les bains naturels puissent devenir d'un usage fréquent, à l'égard des femmes principalement. D'ailleurs, l'habitude des bains chauds fait que pour beaucoup de personnes les bains froids sont insupportables; aussi les femmes qui ont la facilité de faire usage fréquemment des premiers, se décident-elles rarement en faveur des autres.

L'impression pénible que produit l'eau froide fait qu'on ne peut rester long-tems dans le bain naturel. Cette impression est d'autant plus insupportable que l'immersion gagne davantage les parties supérieures du tronc. La concentration de la chaleur et la soustraction d'une certaine quantité de calorique, sont bientôt suivies d'horripilations et de frissons qui obligent à quitter le bain lorsqu'on ne s'y agite point. Quelle que soit ici la cause énervante, toujours est-il que le bain froid affaiblit et anéantit aussitôt que le bain chaud. Ce qu'on appelle réaction

n'est point un excédant de force, mais simplement le retour de la chaleur naturelle, retour toujours lent chez les personnes faibles, ce qui dénote que les bains froids leurs sont peu favorables et qu'ils ne conviennent guères qu'aux personnes fortes et robustes, et plus particulièrement encore aux femmes dites vulgairement à tempérament. Bien rarement nous avons eu lieu d'observer que les bains naturels aient été salutaires aux enfans et aux jeunes personnes délicates. Déjà la nature péchant par défaut, ne peut être qu'affaiblie encore par l'action énervante du froid, action d'autant plus intense que le principe réparateur de la chaleur est toujours lent à se reproduire chez les sujets débiles. Ces réflexions peuvent aussi bien s'appliquer à la vieillesse. Nous conclurons de ces considérations, que l'hygiène ne peut retirer de bons effets des bains naturels qu'autant qu'on en use dans des vues de propreté.

Rien ne flatte plus la vanité que l'art

de conserver ou d'augmenter les agrémens extérieurs. De tout tems les charlatans se sont appliqués à en multiplier les moyens qu'ils ont adressés plus spécialement aux femmes.

Les anciens aussi bien que les modernes se sont occupés de cette importante matière. On attribue même à Ovide un poëme intitulé: *de Medicamine faciei*, dans lequel on trouve tous les moyens d'embellir la peau, de conserver la fraîcheur du teint, de teindre les cheveux et de blanchir les dents; Galien fait mention d'un traité de Cliton d'Athènes sur la même matière; on en cite encore un autre de Cléopâtre qui, en écrivant sur la médecine, ne pouvait oublier la pharmacie des boudoirs; nous tenons beaucoup de recettes sur les cosmétiques, des Arabes, des Persans et des Indiens. Mais de nos jours les Laugiers, les Farina, les Cornuo, les Chardins et les Ribans ont porté bien plus loin que leurs devanciers l'art de perpétuer la jeunesse et la beauté.

On ferait des volumes si l'on voulait réunir toutes les recettes d'eaux composées, de pommades, de pâtes, d'émulsions, de fards, de baumes, de poudres, d'opiats, d'élixirs, etc., préconisés pour prévenir ou remédier aux ravages du tems. Tant que ces préparations ne sont que des composés végétaux, elles sont au moins innocentes, mais il en est tout autrement quand elles renferment des élémens tirés du règne minéral. On peut sans inconvéniens employer les eaux distillées de roses, de plantin, de frai de grenouille, de fèves; de même aussi que les liqueurs spiritueuses et aromatiques, analogues à l'eau de Cologne, de Ninon et d'Ispahan très-étendues. Les pommades de concombre, d'amandes douces, de cacao, de baume de la Mecque sont tout-à-fait sans danger.

Sous des noms pompeux se vendent à l'usage de la toilette, et comme propres à faire disparaître les boutons et certaines taches de la peau, une foule de préparations

liquides que la prudence doit rejeter puisque la plupart renferment des substances minérales telles que le plomb, le bismuth, l'arsenic et le mercure.

En raison des oxides métalliques qui entrent dans leur composition, la plupart des fards altèrent sensiblement la peau, particulièrement ceux dont se servent les femmes des théâtres. Le rouge surtout, par la présence du cinabre, provoque souvent une salivation abondante, donne une mauvaise haleine et cause beaucoup de caries dentaires. Certains cosmétiques pour l'entretien de la bouche ne laissent pas non plus que d'être pernicieux : nous signalerons l'élixir odontalgique de Désirabode, les poudres dans lesquelles entrent l'alun et la crème de tartre. L'esprit de cochléaria, la teinture de gayac, l'eau de pyrèthre, les élixirs dans lesquels on fait entrer le girofle, la bergamote, etc, longuement étendus d'eau n'ont aucune qualité qui puisse en faire interdire l'usage. Il nous resterait à parler encore

des épilatoires et des eaux propres à teindre les cheveux, et d'une foule d'autres inventions que la friponnerie adresse à la coquetterie; mais notre but ayant été de donner des avertissemens et non un traité complet sur ces cosmétiques, là doit s'arrêter notre tâche.

APPENDICE.

Nous ne terminerons point ce livre sans entrer dans quelques considérations sur les rapports de la médecine avec l'hygiène des femmes. Si la science du Dieu d'Epidaure est précieuse à l'humanité en général, elle ne l'est point également pour les deux sexes. Dans la médecine, les femmes semblent trouver la même consolation que dans la religion ; et, pour l'une et pour l'autre, se montrent susceptibles du même enthousiasme.

Est-ce en compensation de sa faiblesse et de son excessive sensibilité que la femme se croit si souvent dans la nécessité d'avoir recours à la médecine? Cependant à tout prendre elle a moins besoin de l'art de guérir que l'homme. Par sa condition naturelle étant plus rarement exposée aux violences extérieures, elle se trouve affranchie d'une

foule de lésions mécaniques ; assujétie à une évacuation périodique, au moyen de laquelle la nature se débarrasse d'un exhubérance d'élémens organiques, elle est à l'abri d'un grand nombre d'affections qui reconnaissent pour cause la pléthore sanguine.

L'empressement que les femmes mettent à accueillir tout ce qui promet de conserver la santé, ne trouve point encore sa raison dans cette crainte naturelle qui ne l'abandonne point, mais encore dans ce sentiment d'amour-propre qu'on appelle coquetterie ; quand toutefois, ce dernier motif ne les porte point à dissimuler les indispositions ou les infirmités qui peuvent leur aliéner le droit de plaire et mettre l'amour en défaut.

Dans l'ordre domestique et dans la vie privée, il est bien peu de femmes qui ne se fassent un régime, un système d'habitudes et de pratiques qui n'ait quelque chose de médical au fond. Soit par besoin, soit par prévoyance, c'est le plus petit nombre qui ne tient point en réserve quelques prépara-

tions médicales, secrètes ou connues, innocentes ou dangereuses.

On sait que de tout tems le charlatanisme eut beau jeu avec le beau sexe ; et que, par une sorte de pudeur ou de honte mal placée, dans beaucoup de circonstances, il craint moins de se confier au médicastre ignorant qu'à l'homme éclairé. Aussi nous pourrions dire qu'en général la médecine chez les femmes est plus empyrique que rationnelle et plus mystérieuse que déclarée ; et, qu'à l'exception des maladies qu'elles ne peuvent dissimuler, leur médecine est plutôt le fait des charlatans et des commères, que la médecine véritable. Aussi parmi les femmes, se trouve la nombreuse clientelle des magnétiseurs, des somnambules, des devineresses et des médicastres. Si, tôt ou tard, le bon sens ou l'expérience font justice de cette tourbe de fripons, difficilement encore ils perdent la confiance des gens crédules ; et le mal n'en continue pas moins à s'étendre et à se perpétuer.

Il est notoire que dans les villes populeuses, la santé publique est bien plus en souffrance chez les femmes que chez les hommes : voilà le fait. Quant à la cause, nous la trouvons dans cette grande disposition à accorder leur confiance à quiconque la provoque par les promesses et les récits merveilleux; aussi en faveur du charlatanisme qui prévient, le public se décide toujours plus facilement qu'en faveur du mérite et du savoir modeste.

De cet ordre de choses résultent des maux incalculables. Combien de fois n'avons-nous pas eu occasion de voir entre les mains de malheureuses femmes, des médicamens dangereux, prescrits et délivrés sous le sceau du secret par ceux mêmes qui ne devraient que les préparer. Combien n'ont point été victimes du traitement banal des affections secrètes, qui, la plupart du tems, aux yeux de l'homme éclairé et de bonne foi, ne sont qu'imaginaires ou au moins sans importance.

Les règles de la médecine dogmatique

n'ont point toujours le même degré de certitude pour les deux sexes. Tout esprit judicieux ne saurait contester la vérité de cette assertion, que dans les cas tant qu'analogues, on ne peut point compter sur les effets des mêmes médications. Dans toutes les circonstances de la vie, notamment pendant la période sexuelle, la femme a une manière d'être presque exclusive qui dérive essentiellement d'un principe dominant, du système de la génération ; qui semble tenir sous son influence toutes les lois organiques, et imprimer à tous les phénomènes de la vie, dans l'état de maladie, surtout une foule d'anomalies, de dérangemens insolites qui échappent aux calculs de toutes les théories. Conséquemment il est fort peu d'indications qu'on puisse suivre avec quelque confiance et admettre avec certitude.

Si nous exceptons les cas d'affections localisées, la thérapeutique chez les femmes paraît être plus problématique que certaine ; on pourrait même dire qu'elle tient plus

de l'empyrisme que la médecine rationnelle. Ce qui le prouve, c'est que les mêmes moyens et les mêmes agens appliqués dans les circonstances semblables, n'opèrent point les mêmes modifications.

Enfin, établissons en principe que la médecine active est moins profitable aux femmes que celle d'expectation. On sait combien les émissions sanguines abondantes et répétées, prolongent les convalescences quand elles n'ajoutent point à la gravité des maladies; combien les applications irritantes exaltent la sensibilité nerveuse; combien en un mot les médications trop énergiques peuvent provoquer d'anomalies, de mutations et peuvent instantanément opérer de métamorphoses qui déjouent tous nos calculs, et mettent si souvent la science en défaut.

Concluons que la médecine chez les femmes doit être toute spéciale et quelle tient plus de la prudence et de l'observation que des théories spéculatives.

FIN.

TABLE

DES MATIÈRES.

CHAPITRE II.

CHAPITRE III.

CHAPITRE IV.

CHAPITRE V.

CHAPITRE VI.

DEUXIÈME PARTIE.

CHAPITRE VII.

CHAPITRE VIII.

CHAPITRE IX.

CHAPITRE X.

CHAPITRE XI.

CHAPITRE XII.

FIN DE LA TABLE.